



<b>Work:</b>	W00EGS1016980	<b>ImageGroup:</b>	I01JW207
<b>LCCN:</b>	n/a	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	རྩ་ཆུའི་རྩལ་སྒྲ། rdza chu'i rlabs sgra
<b>Author:</b>	n/a
<b>Descriptor:</b>	n/a
<b>Original Publication:</b>	n/a;n/a
<b>Place:</b>	[s.l]
<b>Publisher:</b>	[s.n.]
<b>Date:</b>	[2001?]-
<b>Volume:</b>	1
<b>Total Volumes:</b>	1
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: volume 4 only

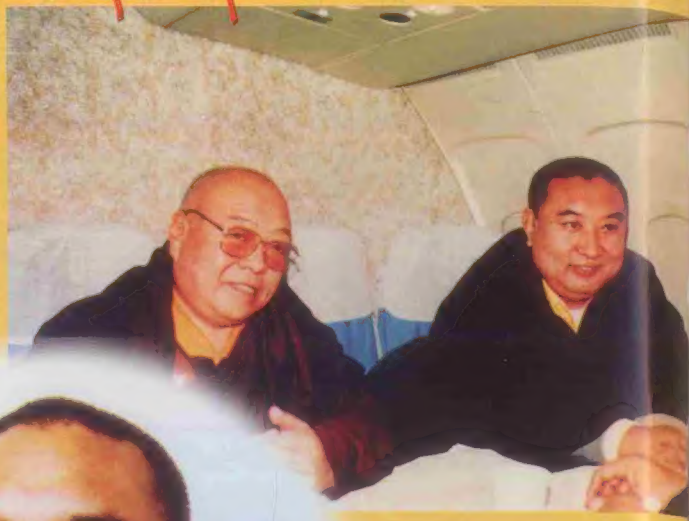
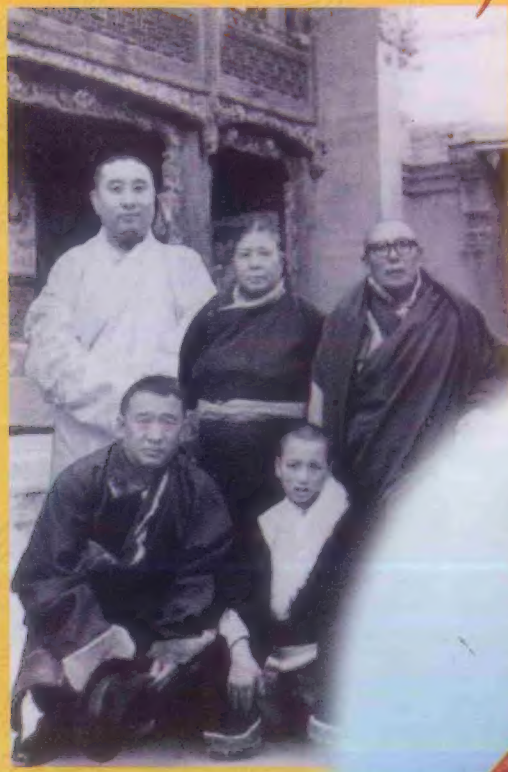




དེ་ལྟར་མ་བཞི་པ།



གངས་ལྷོངས་ཆོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་མཇུག་བཟང་སྦྱོང་མཁས་ཀྱན་གཟིགས་ལྷ་པཎ་ཆེན་  
 གམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མཆོག་གི་དུས་ཤིག་གསལ་བྱས་པའི་འཁོར་བཅུ་རྒྱལ་ལོན་པར་རྒྱུ་  
 ༡༩༩༩—༢༠༠༤



ད་ལྟའི་བོད་རྒྱལ་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་འདི་བསྐྱར་མ་ཐུབ་ན།  
 ང་ཉི་ཡང་མྱི་ག་མི་བརྩམ་།

ཀྱན་གཟིགས་པཎ་ཆེན་འོན་པོ་ཆེ་ནས།



༡༩༩༩—༡༩༩༩

# རྒྱལ་ཁྲིམས་པུ་ཤུ་

THE WAVES SOUND OF DZACHU VOLOME (4)

BUMSAR MONASTERY

ལྷོ་མ་ 2005 ལོའི་སྤྱི་ཁྱིམ་དེབ་གྲངས་བཞི་བ།

སྤྱི་ཁྱིམ་དབུ་འཛིན། མཁན་བླ་མ་འཇམ་དཔལ་ཉི་མ།

གཙོ་སྤྱི་ག་བ། རྩ་སྐད་མཁའ་ལྷོང་ཡངས།

རྩམ་སྤྱི་ག་བ། བཀྲ་ཤིས་མགོན་པོ། རྩ་སྤྱི་སྤྱར་བ།

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས།

འཇམ་དཔལ་རིན་ཆེན།

བསོད་ནམས་རྣམ་རྒྱལ།

བཅན་ལྷེས། འཆི་མེད་ལོ་རྒྱུ།

འཇམ་དཔལ་ཚུལ་བྲིམས།



# དཀར་ཆག

ཀུན་གཟིགས་པཌ་ཆེན་རིན་པོ་ཆའི་མཛད་ནམ་རག་བསྟུལ།

བཀའ་སློབ། གསུང་བཤད།	ཐོབ་ཐིན་པའི་གྲུབ་འབྲས་ལ་གཅེས་སྟུལ། ..... པཌ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ། (4) མཁས་དབང་ཆེ་ཏན་ཞབས་བྲུང་གི་གསུང་བཤད། ..... ཆེ་ཏན་ཞབས་བྲུང་། (12)
པཌ་ཆེན་ རིས་བྲན།	དད་གསུམ་གྱི་ནད་བཅད་པའི་འོད་དཀར། ..... དཀར་ཆེན་སློ་བཟང་ལུན་ཆོག་ལ། (26) རེ་སྒྲག་སེམས་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱངས། ..... ལུན་འཛོམས་སྒྲོན་མེ། (38) ཉེད་མེད་སེམས་ཀྱི་མཛོད་སྒྲིན། ..... དཔྱི་ས་དགེ་འདུན་དར་རྒྱས། (40) བྲན་གདུང་མཛོད་པའི་མེ་ཉོག་ ..... བན་ཤུལ་འཇམ་དབྱངས། (41) རིས་བྲན་སེམས་ཀྱི་མ་ཁ། ..... སྒྲིན་དབྱས་པོ། (42) པཌ་ཆེན་ལགས། ..... བོད་གཞུག་སྒྲིབ། (44) བྲན་པའི་གདུང་དབྱངས། ..... བྲག་དཀར་དགོན་མཛོག་ (46)
སྒྲན་ ཚུལ།	ཤམ་ལྷ་ལའི་བྱ་མོ། ..... རྟོང་རྒྱ་ཤེལ། (47) དགེ་ལེགས་འདོ་འཛའི་བྱ་མ་བཟང་། ..... ཤེས་ཚད་རྩལ་གྱི་མས། (49) མཛོད་ཉེན་དཀར་པོ། ..... རྩལ་སྒྲུབ་བྱ་བ། (51) ཤེས་ཆོག་རག་གི་རོལ་མོ། ..... འཇུ་ཆེ་སྒྲོབས། (51) འདུན་པ་མེ་ཏུ་བཞིན་འཕྱར་ཡོང་། ..... ལྷ་ཚང་རྣང་གསལ། (52) སེམས་ཀྱི་དབྱངས་རྟ། ..... ཏུ་ན་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ། (54) སེར་བྱེས་མཁས་སྒྲན་གྱི་ཚང་ལ་བསྟུགས་པ། ..... བཟ་ཤེས་བསོད་ནམས། (55) དུངས་གཙང་གི་པ་སྒྲད། ..... བྱ་གཞུང་སློ་བཟང་། (57) བར་ཐག་ཉེ་བའི་གཟུང་ཉེ་མ། ..... རྩ་རིག་སྤྲ། (58) སྒྲོ་གདུང་མཆི་མའི་རྒྱབས་སྒྲེང་། ..... ཡེ་ཤེས་མེ་འབར། (58) ཤིང་ཁྱི་དགོན་དུ་ཕྱིན་པ། ..... ཆེ་མོག་ཟླ། (59) མ་ལོར་བའི་ཁ་ཚུགས། ..... བཟ་ཤེས་མགོན་པོ། (59) ཁྱི་དུ་མོ་རྒྱང་མཁན་དེ་ར་ཡིན། ..... རགས་ཤུལ་བསམ་གཏན། (60) ཤུག་ལ་སྒྲུབ་བའི་པོ་ཟླ། ..... རྩ་གཡུ་རལ། (62) སེམས་ཀྱི་ཡུལ་རྒྱ་བྱང་། ..... རོགས་ཉི། (63) འབྲི་སྒྲུང་སྒྲོན་མའི་སྒྲིག་ཉམས། ..... བསོད་ནམས་བཟ་ཤེས། (64) རས་ཁྱི་ལ་སྒྲིག་ཡོད། ..... རྩ་ཤིང་འོད། (66) ནམ་ལང་ཁའི་སྒྲི་མིག་ ..... གངས་བྱ་རྣང་གྲོལ། (67) འཇུ་མ་ལ་འཁྱེད་བའི་སྒྲན་ཤར། ..... བསོད་ནམས་ནམ་རྒྱལ། (68) ཁོའི་སྒྲན་རག་ ..... ཡོ་རྒྱན་བསྒྲན་དར། (70)

སྒྲུབ་ཚུལ།	བྲག་གི་རིམ། ..... བཅའ་ཁྲིམས། (70)
	བསམ་གཞིག་དང་ཕམ་ཁ། ..... ལྷ་སྒྲུབ་འཛིན། (71)
	བསྐྱེད་པ་བརྒྱུད་ལུ་རྟིག་ཐེང་བ། ..... རྩོམ་ཁྲིམས། (71)
	འཇགས་མི་སྲིད་པའི་ཚོམ་སྒྲུབ་ཚོ། ..... འཇམ་དབྱངས་བསྐྱེད་ཁྲིམས། (72)
དཔྱད་པའི་སྒྲུབ་པ་ཚུལ།	གལ་ཆེན་བཀའ་སློབ་སྒྲུབ་པ་བྱས། ..... ཀུན་གཟིགས་པ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ། (73)
	བྱ་ཆར་དཔྱད་པའི་སྒྲུབ་པ་ཚུལ་དང་སློབ་གཉེན་གྱི་ལམ་ལུགས། ..... རྩོམ་ཁྲིམས། (75)
	དཔྱད་པའི་སྒྲུབ་པ་ཚུལ་ཐོབ་ཀྱི་འཆར་ལྗོངས། ..... རྩོམ་ཁྲིམས་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (80)
	རང་གི་བསམ་ཚུལ་འགའ་འཕྲོ་ཚུལ་དུ་བྱུངས་པ། ..... རྩོམ་ཁྲིམས་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (83)
དབྱུང་ཚུལ།	མེས་པོ་སློབ་པ་ཚུལ། ..... ཁའ་དཀར་ཚུལ་སྐྱེད་པ་ཚུལ་ཐོབ་པ། (86)
	ཐོད་སྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་ཐོབ་པ། ..... ཐོད་སྐྱེད་སྐྱེད་པ། (94)
	ཐོད་སྐྱེད་སྐྱེད་པ་ཚུལ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (102)
	ཐོད་སྐྱེད་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (104)
བཀའ་སློབ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ།	ཀུན་གཟིགས་དཔྱད་པའི་དཔྱད་པ་ཐོབ་པ། ..... འགན་རང་འབྲས། (106)
ཡུལ་སྐྱེད་པ།	མཇུག་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ། ..... ལྷ་སྒྲུབ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (114)
	ཐོད་སྐྱེད་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (122)
	ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (124)
ལྷ་སྐྱེད་པ།	སྐྱེད་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (125)
	སྐྱེད་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (126)
	ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (127)
	ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (129)
	ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (130)
གཞི་སྐྱེད་པ།	བཀའ་སློབ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (131)
	ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (131)
	ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (132)
	ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (133)
	ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (133)
	ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (134)
	ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (134)
གཞི་སྐྱེད་པ།	གཞི་སྐྱེད་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (136)
ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ།	ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། ..... ཐོབ་པའི་ཐོབ་པ། (137)



༡༡། ། ཀུན་གཟིགས་ཡཔཏ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྒྲོ་བཟང་

ལྷན་གྲུབ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་ཀྱི་རྣམ་ཐར་མདོར་བསྟུན།

བསྟན་པ་ཡང་དར་གྱི་སྒྲོ་འཕར་ཡང་ས་པོར་འབྱེད་པའི་ཡཔཏ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་  
པོ་ཆེ་བཅུན་སྒྲོ་བཟང་འཕྱིན་ལས་རྒྱན་འབྲུབ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་དཔལ་བཟང་པོ་མཆོག་ཡིན་ལ། ཁོང་གི་བོད་  
རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་སྟུག་(༡༧༩༤)ལོའི་རྒྱ་དང་པོའི་ཆོས་གསུམ་ཉིན་མཆོ་སྒྲོན་ཁིང་ཆེན་ཁྱེད་རྣམས་ཁོང་ཁོས་  
བསམ་མདོད་ཤར་གོ་རྒྱུ་མཛད་ཞེས་པའི་གྲོང་ཆོ་ཆེན་པོ་དེར་འཁོད་གྱི་རིགས་ལས་མཆོད་པའི་བསམ་མདོད་དུགས་པོ་རྣམས་  
བསོད་ནམས་རིན་ཆེན་ཆང་དུ་ཡལ་བས་མདོ་སྟོང་དཔོན་གུར་མགོན་ཆོ་བཀྲ་དང་ཡུམ་བསོད་ནམས་སྒྲོ་པ་མག་ཉིས་  
ཀྱི་སྟུག་སྟུག་འབྲུང་ས་ཤིང་མཆན་པ་མགོན་པོ་ཆོ་བཀྲ་ལ།

ལྷག་སྟུག་(༡༧༩༧)ལོར་ཡཔཏ་ཆེན་བཞུགས་སྐར་ནང་མ་སྐར་ནས་སྒྲོ་གོང་མའི་ཉེར་ཆས་ངོས་འཛིན་སྟེ་གསུམ་  
ཀྱིས་ཡཔཏ་ཆེན་གྱི་བའི་ཡང་སྟི་དུ་ངོས་འཛིན་གནང་ཞིང་། སྟུག་(༡༧༩༧)ལོའི་རྒྱ་བཅུག་པའི་ཆོས་ཉེར་དགུ་  
ཉིན་སྐབས་དེའི་གྲུང་རྣམས་མཆོག་མཆན་སྟུག་བ་བཞིན་གསེར་བུམ་དུ་གྲགས་འདོན་མི་དགོས་  
པར་ཡཔཏ་ཆེན་སྒྲོ་ཕྱིར་བཅུ་བའི་མཆན་བཞིས། ཡཔཏ་ཆེན་ནང་མ་སྐར་གི་སྟུག་སྟུག་ཆེ་དོ་ཆེ་འཆང་སྒྲོ་ཁོ་འཛིགས་མེད་  
འཕྱིན་ལས་རྒྱ་མཆོ་མཆོག་སྟུག་འབྲུམ་དུ་གནང་བ་དང་། ཆེ་དོ་ཉིད་ཀྱི་དུང་ནས་རབ་དུ་བྱུང་སྟེ་དགོ་ཚུལ་སྟོན་པ་བཞིས།  
མཆན་པོ་ཆེ་བཅུན་སྒྲོ་བཟང་འཕྱིན་ལས་རྒྱན་གྲུབ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་དཔལ་བཟང་པོར་གསོལ། ལོའི་དེའི་རྒྱ་  
བཟུང་པར་སྟུག་འབྲུམ་བུམ་ས་པ་སྟིང་དུ་གསེར་ཁྱིའི་མང་འགས་ལ་གྱི་དག་འ་སྟོན་གཟུབ་རྒྱས་བསྟུགས།

སྟུག་པ་བའི་དུས་ནས་ལས་པའི་སྒྲོ་ལས་འདས་པའི་མཛད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་མཛད་དེ། དཔེར་ན་ཤིང་ཕ་  
དགུང་པོ་བཟུང་པའི་སྟེང་། ཀུན་ལ་སྟོན་མཛད་མེས་པོ་རྣམ་དག་ལ། ། བཅོན་པོ་སྟུག་པོ་མེད་པོ་སྟུག་མཐོང་བ།  
སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་བཅོན་པོ་གཉིས་རྒྱུང་སྟོན་མཛད་འབྲུག་ལ། ། སངས་རྒྱས་དཀོན་ལྷགས་དང་ལ་སྟུག་འཆལ།  
ཞེས་པའི་དོན་ཟབ་པའི་ཆོག་འདི་ཐོས་བྱུང་དུ་གསུངས་པ་དང་སྒྲ་བྲང་བཟླ་ཤིས་འབྱིལ་གྱི་ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་དུ་  
དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་ཆེན་གནང་བ། དེ་བཞིན་དགོན་སྟེ་གཞན་དང་གཞན་དུ་དབང་ལྱང་ཆེས་གསུམ་  
ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྟོར་བསོགས་མཛད་པ་དོ་མཛད་བཤང་པོ་ཡོད། །

སྟུག་པ་ལས་པ་བཟུང་བའི་སྟེ་སྟུག་འབྲུམ་བུམ་ས་པ་སྟིང་དུ་ཕེབས་ནས་ཆེ་འཛིགས་མེད་འཕྱིན་ལས་རྒྱ་མཆོ་  
དང་རྒྱལ་ཁའ་རྣམ་གཉིས་རིམ་བཞིན་ཡོངས་འཛིན་དུ་བསྟོན་ཉེ་སྟུག་ཐུབ་དང་ཡིག་གཞུགས་ལ་སྟུངས་ཤིང་ཆོས་  
རྒྱུད་རྣམས་སྟུགས་འཛིན་མཛད།

ལྷག་སྟུག་(༡༧༩༧)ལོའི་རྒྱ་བཞི་བར་བོད་ཞི་བའི་གྲོས་ཆིང་གི་ཆེད་དུ་ཕེ་ཅིན་དུ་ཕེབས། རྒྱ་དུག་པར་  
རྒྱ་ཉིད་དང་འདྲ་ཅི། ཉང་གྲོ་བཅས་ལ་གཟིགས་སྟོར་གནང་ནས་ཕྱིར་སྟུག་འབྲུམ་བུམ་ས་པ་སྟིང་དུ་ཕེབས།

རྒྱལ་སྤྱུག་(༡༧༥༩) རྒྱ་བཞི་བར་ལྷ་ལྷན་ཏུ་ཕེབས་ནས་ཤོང་ས་རྒྱལ་བ་ཡམ་ལྷན་ནམ་གཉིས་རྩན་འཛིན་ས་  
 བྱང་། ལྷ་བའི་ཆོས་གཅིག་ཉིན་མེད་སྐུ་འདྲ་ཆོག་ས་རྒྱ་མཆོས་བསྐྱུས་ཏེ་དཔལ་གྱི་ཆོས་རྩེ་ཆེན་པོ་བཀའ་ཤིས་རྩན་པོ་  
 བདེ་ཆེན་ཚུགས་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱིར་ཏུ་གདན་འདྲིན་ལྷན་ཏེ་འཇིགས་མེད་གཤེད་གྱི་ཁྱིལ་མངའ་གསོལ་  
 མཛད། ལུ་མཐུང་ཏུ་ཡོངས་འཛིན་རྒྱ་ཡལ་རིན་པོ་ཆེ་བསྟེན་ནས་མདོ་སྤྱུག་སྤྱི་གནས་བཅས་ལ་བྱུགས་གཉེར་  
 གནང་། ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱིར་མདོ་སྤྱང་ཏུ་ཕྱོད་རིས་རིམ་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་འཕེལ་སྒྲོ་བཟང་བསྟན་པའི་རྒྱལ་  
 མཆོན་ཏེ་ཡོངས་བྱུགས་སྤྱད་ཏུ་ལ་རྒྱ་རིན་པོ་ཆེ་བེད་བདེ་དང་། བཀའ་ཆེན་ཡང་ཉི་མ་སོགས་ཡོངས་འཛིན་ཏུ་བསྟེན་  
 བས་ཆོས་སྤྱོད་སྤྱ་ཆོག་ས་བྱུགས་འཛིན་དང་འདོན་ན་དབྱངས་སོགས་ཆོག་པའི་བྱུག་ལེན་སྤྱ་ཆོག་ས་གཞུང་ཆེན་བཀའ་  
 པོད་ལྷས་མཆོན་ཆོས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ཁལ་ལ་གསན་སྤྱོད་དང་ཉམས་བཞེས་མཐར་ཐུན་མཛད། ཤིང་ན་  
 (༡༧༥༩)ལོ་སྟེང་གུང་གངས་བརྒྱུ་བདུན་ལ་ཕེབས་པའི་པོད་རྒྱ་གསུམ་པའི་ཆོས་བཅོ་ལྷ་ལ་དབྱུ་རྩྱགས་ཏེ་མེད་སྐུ་  
 མང་ཆོག་ས་འབྲུག་ཏུ་ཉེ་བར་དཔལ་དུ་ས་གྱི་འཁོར་པོའི་སྤྱོད་ཕྱིད་དཔལ་གི་དགའ་སྟོན་བྱུ་།

[illegible]

ཏང་གི་སྐྱབས་བཅུག་ཅིག་པའི་ཤོས་ཚོལ་ས་གསུམ་པའི་རྩེ་ནས་སྤྱང་ཡང་ཕུ་བ་བོད་རྒྱུ་ཁུ་ས་ཤིང་། ལུ་ཅི  
(༡༩༧༩)ལོའི་རྒྱ་གཞི་ས་པར་རྒྱལ་ཡོང་ས་ཤིང་ཤོས་ཁུ་ཁུ་ཞིག་ཞོན་པར་བདམས། ལྷག་ས་སྤྱོད་(༡༩༥༠)ལོར་

[illegible]

ས་སྐྱལ་(༡༧༥༧)ལོའི་པོ་ད་རྒྱ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆོས་ཉི་ཤུའི་ཉིན་(ཁྱི་རྒྱ་འཆོས་ལྔ་ཉིན་)པད་ཆེན་སྐལ་བཟང་པོ་  
མང་གིས་ཁྱི་རྒྱ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཉིན་ལྷོ་ཕུང་ཕྱེད་དཔང་གིས་བསྐྱབ་ཚུལ་བཞིས་ནས་དགོང་ས་པ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
ལུ་ཁྱི་ར་པའི་ཚུལ་བསྟན། ལྷ་གཤེགས་སྐལ་བཟང་པོ་ད་ལྱང་ལོང་གཅིག་བཞིས་པོད།

[illegible]

• 4 •

༥༨ རྒྱ། མི་རིགས་ཀྱི་ལས་གཞི་རྣམས།

• 5 •



ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འདི་ནི་རང་རྒྱལ་གྱི་མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་དངོས་དང་མཐུན་པ་དང་། རང་རྒྱལ་མི་  
རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས་ཀྱི་ཅ་བའི་ཁེ་ཕན་དང་མཐུན་ཞིང་། སྤྱད་ན་ཕུས་པ་ལྟ་བུ་པའི་སྤྱད་ཀྱིས་བཟང་པོ་ཞིག་  
དང་ལམ་ལུགས་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་རྒྱུ་རྒྱུ་བ་རེད། མི་རིགས་ས་ཁོངས་རང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལག་པོ་བྱེད་ཐུབ་མིན་  
ནི་མི་རིགས་ས་ཁོངས་ཀྱི་ལས་ཀ་ཁག་ནམས་ལེགས་ཉེས་ཅི་ཡོང་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། མི་  
རིགས་ཁག་གི་མཐུན་སྦྱོར་དང་མེས་རྒྱལ་གྱི་གཅིག་གྱུར་སྤྱད་ཐུག་ཡོད་ཐུབ་མིན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་གཤིས།  
ཉང་གི་སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ཀྱང་ལྷ་ཆང་འཛོམས་གྲོས་ཆོག་ས་ཐངས་གསུམ་པ་འཆོག་ས་རྩིས་ཉང་ཀྱང་དབྱེད་གིས་  
མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཐོག་ཐོག་བཅས་ཡོད་པ་སྤྱད་གནད་བའི་ཚུགས་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ནི་མི་རིགས་ས་ཁོངས་རང་རྒྱུ་  
བྱེད་རྒྱུ་ལམ་ལུགས་འཕེལ་རྒྱས་དང་འཕྱུས་ཆང་དུ་གཏོང་བ་དེ་ཡིན། རྒྱ་མཐུན་ཉེར་ཞུ་མིང་གིས་“མི་རིགས་  
ཁག་ནམས་དངོས་འབྲེལ་མི་རིགས་ས་ཁོངས་རང་རྒྱུ་བྱེད་དུ་འབྱུག་དགོས” ཞེས་སྟོན་གནད་མཛད་ཡོད་ཅིང་།  
དེས་མི་རིགས་ས་ཁོངས་རང་རྒྱུ་གི་ལམ་ལུགས་འཕེལ་རྒྱས་དང་འཕྱུས་ཆང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་ཁ་ཕྱོགས་གསལ་པོ་ཞིག་  
བཟུང་ཡོད་པ་རེད། རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་འཕྱུས་མིའི་ཆོག་ས་ཆེན་གྱིས་1982ལོར་གྲོས་འཆམ་བྱས་པའི་ཅ་  
ཁྲིམས་གསལ་ར་པའི་ནང་དུ་མི་རིགས་རང་རྒྱུ་ས་གནས་ཀྱི་རང་རྒྱུ་དབང་ཆ་བརྒྱར་བསྐྱགས་བྱས་པར་མ་ཟད་བྱུང་བ་  
ཅུ་བཅུ་ཡོད་པ་དང་། 1984ལོར་གྲོས་འཆམ་བྱས་པའི་མི་རིགས་ས་ཁོངས་རང་རྒྱུ་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཅ་ཁྲིམས་  
ནང་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་ཅ་དོན་གཞིར་བཟུང་ནས་མི་རིགས་ས་ཁོངས་རང་རྒྱུ་བྱེད་རྒྱུ་ཐད་སྤྱད་པ་ལོ་ལོ་  
གཏན་འབེབས་མང་པོ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། གཏན་འབེབས་དེ་དག་བྱས་པར་བརྟེན་མི་རིགས་ས་ཁོངས་རང་རྒྱུ་  
བྱེད་རྒྱུ་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་སྲུང་སྐྱོབ་ཡོང་གི་རེད། ང་ཆོ་ཆང་མས་ཉང་གི་འགོ་བྱེད་འོག་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཆེ་བ་  
སྤྱད་རྒྱུ་དང་སྐྱག་སྤྱོད་ཅ་ཁྲིམས་དང་། མི་རིགས་ས་ཁོངས་རང་རྒྱུ་བཅའ་ཁྲིམས། དེ་མིན་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་  
གཞན་དག་ནམས་བོད་རྒྱུ་ས་ལུགས་ལྟར་མཐིམ་ཕྱིན་བྱེད་ཐུབ་པའི་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས། གནད་འགག་ཆེ་  
ཤོས་བོད་ས་གནས་ཀྱི་རང་རྒྱུ་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཅ་ཁྲིམས་དང་དེ་མིན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་གཏན་འབེབས་  
ལྟར་ས་གནས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འགན་དབང་དང་རང་རྒྱུ་གི་དབང་ཆ་ལེགས་པར་སྤྱད་ཐུབ་པ་དང་། ས་  
ཁུལ་དེ་རང་གི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གཞིར་བཟུང་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྤྱད་ཀྱིས་ལག་ལེན་མཐིམ་  
ཕྱོད་བཟུར་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས། འདིར་ངས་ནན་ཏན་གྱིས་ཁྱེད་གོས་པ་ཞིག་ནི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྒྲོབ་རྒྱུ་དང་བོད་  
རྒྱུ་། མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་རྒྱུ་འཛིན་དང་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་ལེགས་པོ་དེ་ཡིན། བོད་རྒྱུ་ས་ནི་བོད་  
རིགས་ཀྱི་མི་གྲངས་ཆེས་མང་ཆེ་བ་བྱེད་པའི་རང་རྒྱུ་རྒྱུ་ས་ཤིག་ཡིན་ཅིང་། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནི་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
རིང་བྱུང་གསལ་དུ་སྤྱོད་པའི་སྐད་ཡིག་ཡིན་པས། ད་ལྟ་ཡང་བྱུང་གསལ་དུ་སྤྱོད་པའི་སྐད་ཡིག་ཡང་དང་པོ་དེ་ཡིན་  
དགོས་ཀྱི། དེ་ནི་རང་རྒྱུ་གི་ཁེ་དབང་གཤམ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། མང་ཆོག་ས་དང་འབྲེལ་འདྲིས་བྱས་  
ནས་ལས་ཀ་ལེགས་འབྲུབ་ཡོང་བ་བྱེད་ལས་ཀྱི་ལག་ཆ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་རེད། དེར་བརྟེན་བོད་རིགས་ལས་བྱེད་པ་  
ནམས་ཀྱིས་དང་ཐོག་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྒྲོབ་རྒྱུ་ལག་པོ་བྱེད་དགོས་ལ། རྒྱ་རིགས་ལས་བྱེད་པ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་བོད་  
ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྒྲོབ་རྒྱུ་ལག་པོ་བྱེད་དགོས། བོད་རིགས་ལས་བྱེད་པ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱ་ཡིག་ཀྱང་སྒྲོབ་རྒྱུ་བྱེད་དགོས་  
མོད། འོན་ཀྱང་དེས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྒྲོབ་རྒྱུ་བྱེད་རྒྱུ་ཆེད་བྱེད་མི་རུང་། རང་རྒྱུ་རྒྱུ་ས་ཀྱིས་གཞུང་དོན་

སྒྲུབ་པ་དང་། གཞུང་ཡིག་འབྲེམས་སྤྲེལ། ཅ་ཚིག་ཁྱབ་བསྒྲགས་སོགས་འགན་དབང་ལག་བསྟར་བྱེད་སྐབས་སུ  
བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཙོ་བོ་བྱེད་དགོས། རྒྱ་སྐད་བརྒྱུ་ལྡན་སྐད་སློན་ཁྱུ་བཅའ་གཏམ་བཤད་གཏོང་སྐབས་ཆང་མ་  
བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར་དགོས། སློབ་གྲུའི་སློབ་གསོ་བྱེད་སྐབས་ཀྱང་ནན་ཏན་གྱི་སློན་ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་  
ནས་སློབ་བྱིད་བྱེད་རྒྱུ་དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་པོད་རིགས་སློབ་གྲུ་བཞིག་ལ་ཆ་བཞག་ན་དང་ཐོག་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་  
སྦྱང་ལག་པོ་བྱེད་དགོས། དེ་ནི་རང་ཉིད་བོད་རིགས་ཡིན་པས་དགོས་འདུན་མ་མཐའ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད།  
ཁོས་ཕྱིན་ཆད་པ་ཡུལ་འཛུགས་སྒྲུབ་བྱེད་སྐབས་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ལག་ཆ་ཆེས་ཅ་བར་གྱུར་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད། མང་  
གཞི་དེའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་ཡིག་ཀྱང་སློབ་སྦྱང་ལག་པོ་བྱེད་དགོས།

བོད་ལ་དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རིག་གནས་ཤུལ་ཇེས་ཡོད་པ་ལྟོད་དང་། ཡང་སྐོས་ཏུ་ཅང་ཅ་ཆེ་བའི་རིག་  
གནས་ཀྱི་སྤྱིར་བཙུང་མང་པོ་དང་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་སློབ་རྒྱུ་བཟང་པོ་དང་ཡུལ་སློབ་གོམས་གཤེས་མང་པོ་ཡོད་པ་  
རེད། དེར་བཞེན་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཆོད་རིག་གི་བྱ་གཞག་གོང་འཕེལ་གཏོང་སྐབས་ངས་པར་དུ་དེར་རབས་ཀྱི་  
ཆོད་རིག་རིག་གནས་སློབ་སྦྱང་དང་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་དང་། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་འོད་སྟངས་འབར་བའི་རིག་གནས་  
རྒྱུ་འཛིན་དང་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱ་གཉིས་དུས་གཅིག་ཏུ་དམ་འཛིན་དང་དུས་མཉམ་དུ་བཅེ་མཐོང་བྱེད་རྒྱུའི་བྱེད་  
སྒྲུབ་སྒྲུབ་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་འདྲ་བྱས་ན་གཞི་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་  
ལུགས་ཀྱི་དེར་རབས་ཀྱི་བོད་རིགས་ཀྱི་རིགས་གནས་ཤིག་ཆགས་སྤུབ་ཀྱི་རེད།

བོད་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་མགྱོགས་གྱུར་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ནི་བོད་ཀྱི་ལས་ཀའི་ཉེ་བའི་ལས་འགན་ཡིན་ལ།  
ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ནས་ལུས་པའི་མི་རིགས་ཁག་ད་བར་དོན་དངོས་ཐོག་འདྲ་མཉམ་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་རིམ་བཞིན་མེད་པ་  
བཟོ་རྒྱུའི་ཅ་བའི་བྱེད་སྐབས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན། ད་ཕན་ལོ་ཤས་རིང་ཀྱང་དབྱང་གིས་བོད་རྫོངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་  
འཛུགས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་དོན་འཁྱོལ་སྤུབ་པའི་བྱེད་སྒྲུབ་སྤངས་དང་དམིགས་བསལ་གྱི་སྤྱི་རྒྱུས་མང་པོ་གཏན་འབེབས་  
གནང་ཡོད་ལྟེན། ང་ཆོས་བརྟན་ཆོད་འགྱུར་མེད་ཀྱི་སློན་ནས་དེ་དག་ལག་ལེན་མཐེམ་ཕྱིན་བསྟར་བའི་རིང་གི་ཆར་  
ཀྱབ་འབྲས་ཆེན་པོ་འཐོབ་སྤུབ་ངས་ཡིན་པར་ང་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད། ཀྱང་དབྱང་དང་། སྤུན་ཁྲིའི་ཞིང་ཆེན།  
གྲོང་ཁྲེའ། རང་སྤྱོད་རྫོངས་ཁག་རྣམས་ཀྱིས་ད་ཕན་ལོ་ངོ་བཙུ་ཕྱག་ཁ་ཤས་རིང་རྒྱ་ཤུགས་དང་། དངོས་ཤུགས་  
མི་ཤུགས་བཅས་ཀྱི་ཐད་ནས་བོད་རྫོངས་ལ་རྒྱབ་སྦྱོར་དང་རོགས་རམ་ཆེན་པོ་གནང་ཡོད་ལ། ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་ལྷ་མ་  
ནང་བཞིན་བོད་རྫོངས་ལ་རོགས་སྦྱོར་ཤུགས་ཆེན་གནང་རྒྱ་ཡིན་པས་བོད་རྫོངས་མི་དམངས་ཀྱིས་དེར་སྤྱོད་ཐག་པ་  
ནས་ཤུགས་རྩེ་ཆེ་ཞིག་ཡོད། ང་ཆོས་ཕྱིན་ཆད་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འཛུགས་སྒྲུབ་ནང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རོགས་རམ་ལ་གཅིས་  
སྤུས་སྤར་ལས་ལྟག་པ་ཞིག་བྱས་ཏེ་རྒྱ་དཔལ་རྣམས་བོད་རྫོངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་ཤུགས་ཆེ་དུ་གཏོང་སྤུབ་པའི་བྱ་  
གཞག་ཐོག་བོད་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པ་ལས་དོན་མེད་རྒྱུ་མོས་སུ་གཏོང་མི་རུང་། བོད་རྫོངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་  
འཛུགས་སྒྲུབ་ནང་ངས་ད་དུང་ནན་བཤད་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ནི་བོད་ཀྱི་སློབ་རྒྱུ་གི་མི་རིགས་ལག་ཤེས་བཟོ་ལས་  
དཔེར་ན་རྣམས་ལྟ་དང་། སག་དན། ཁག་དན། སློབ་རྒྱུ་གི་ཡར་ལས་འཛུགས་སྒྲུབ་སོགས་གོང་འཕེལ་གཏོང་  
རྒྱུར་མཐོང་ཆེན་བྱེད་དགོས། དེ་དག་ནི་མི་རིགས་ཆེད་མཁོའི་ཆོད་ཐོག་ཐོན་སྐྱེད་འཕར་སྤྱོད་ཡོང་བ་བྱེད་རྒྱུ་དང་།  
བོད་མི་དམངས་མང་ཆོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཉིན་བཞིན་ཆེ་དུ་འགྲོ་བའི་དངོས་པོ་དང་རིག་གནས་འཆོ་བའི་ཉེར་མཁོ་

སྒོར་ཐབས་ཤུད་རྒྱ་གར་ལ་ཆ་མཆོན་ན་ཡང་དོན་ཉིད་གལ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཏུས་མཚུངས་ད་ཏུང་མི་རིགས་  
རང་གི་ལག་རྩལ་བརྩོད་པ་གསུམ་རྒྱུད་ཤུར་དོ་སྤང་ཆེན་པོ་ལྷན་ཉེ་བོད་རིགས་ས་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་གཞན་དག་གི་  
བརྩོད་པ་མང་ཆེ་བ་རྟགས་ལས་ཤུད་མཁའ་ཡིན་པ་དེ་གནས་སྐབས་དེ་རྒྱུར་བཅས་གཏོང་དགོས།

མོད་རྒྱུ་མི་རིགས་པར་དང་སྤྱན་རླུང་མི་རིགས་གཞན་དག་པར་ད་ལྟ་གསལ་ལྟར་བྱས་ཐབས་མེད་པའི་འདྲ་མཉམ་  
དང་། མཐུན་སྦྲིལ། རོགས་རེས་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་མི་རིགས་འབྲེལ་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་ཅིང་།  
དེ་ནི་རང་རྒྱལ་མི་རིགས་ཁག་མཉམ་དུ་དར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་ཡོང་བ་དང་། རང་རེའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ཉིན་བཞིན་སྤྱི་  
བཟན་དར་རྒྱས་ཡོང་བའི་གཞི་རྩའི་འགན་ལེན་རེད། མི་རིགས་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཆར་གཞིའི་ཐོག་མི་རིགས་མཐུན་  
སྦྲིལ་ཡག་པོ་ཡོང་བ་བྱས་ན་གཞི་ནས་བདེ་སྤྱི་གང་དཔལ་འཕྱོར་དང་རིག་གནས་ཀྱི་འཛུགས་སྐྱུན་ཡག་པོ་བྱེད་སྲུབ་པ་  
དང་། གཞི་ནས་མེས་རྒྱལ་གྱི་གཅིག་གྱུར་སྤྱི་བཟན་བཟོ་སྲུབ་པ་ཞིག་ཡོང་གི། ངས་རྣམ་པ་ཚོའི་རང་གི་མིག་འབྲས་  
ལྟར་མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་ལ་གཅིས་སྤྱོད་དང་མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་ལ་ཤུགས་སྤོམ་བྱས་ནས་ཆར་མས་མཛེའ་གཙུགས་  
མཉམ་ལས་དང་སྤྱན་རླུང་འབད་བཅོམ་བྱེད་རྒྱུའི་རེ་བཞུགས་ཡོད།

གཉིས་པ།      ཆོས་འབྲས་ཀྱི་ལས་ཀའི་རྒྱ་རྒྱ།

ཆོས་དང་རང་མོས་ཀྱི་སྤྲོད་ཀྱིས་ལག་ལེན་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལས་དོན་ལེགས་སྒྲུབ་བྱེད་ཆུང་ལཱ་ཆེའི་རང་  
 བཞིན་དེའི་སྐོར་ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་ལ་དྲིལ་བསྐྱགས་ཤུགས་ཆེན་བྱས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་མི་ཚང་མས་སྤྲར་ཡང་མཐོང་ཆེན་  
 པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟར་ཆོས་བྱེད་དགོས་པ་ནི་བརྟན་ཆོད་འགྱུར་མེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཆོས་ལུགས་སྤྲོད་ཀྱིས་དོན་  
 ཐོག་ཏུ་འཁྱོལ་བ་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ཡིན། ལྷ་རྒྱལ་ཀྱི་དབང་གིས་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་ཀྱི་བསྟན་པ་འདིས་ཐོད་དམངས་  
 ཀྱི་ཁྲོད་དུ་བག་ཆགས་ལུན་རིང་ལ་གཏོང་བ་པ་ཞིག་ཐེབས་ཡོད། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གནད་དོན་དང་མི་རིགས་ཀྱི་  
 གནད་དོན་གཉིས་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཡོད་པས་དེ་གཉིས་ཉུག་ཏུ་པན་རྒྱན་བསྟོལ་ནས་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། ཆོས་  
 ལུགས་ནི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཞིག་དང་། རྒྱང་རྒྱུད་བྱེད་མི་རུང་བའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་ཤིག་ཡིན་སྟབས་  
 ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལས་ཀར་མཐོང་ཆེན་བྱས་ན་གསར་བཛེ་དང་འཇུགས་སྒྲུབ་ཀྱི་བྱ་གཞག་ལ་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་བ་  
 དང་། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལས་ཀ་རྒྱང་རྒྱུད་བྱས་ན་མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་དང་། མེས་རྒྱལ་གཅིག་གྱུར་སྤྱ་བརྟན་དུ་  
 གཏོང་རྒྱུར་གཞོན་པ་ཆེན་པོ་ཡོང་བ་དེ་ཚང་མས་ཤེས་གསལ་དང་མཐོང་གསལ་རེད། དེར་བརྟེན་དང་ཆོས་འཇུག་པར་  
 དུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལས་ཀ་ཡག་པོ་སྒྲུབ་དགོས། དེ་ཐོད་རྗེངས་སུ་ཆ་མཆོན་ན་གལ་ཆེའི་དོན་གླིང་དམིགས་བསལ་ཅན་  
 ཞིག་ཡོད།

འོན་ཀྱང་རྒྱལ་ཡོངས་དང་འདྲ་བར་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལས་ཀ་འགོ་ལམ་གྲགས་ཀྱི་གཅིག་བརྒྱད་ཚུང་ཞིང་། གཏོར་བཞི་གཞི་དེ་བས་ཀྱང་ཆབས་ཆེ་བ་ཞིག་འཁེལ་ཡོད། ཉང་གི་སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ཀྱང་ལུ་ཆང་འཛོམས་གྲོས་ཆོག་ས་ཐང་ས་གསུམ་པ་འཛོགས་རྒྱུ་ཉང་གིས་ཆོས་ལུགས་ཐད་འཛིན་པའི་བྱེད་ཚུགས་དང་མིན་རྒྱས་ཡང་དག་པ་རྣམས་སྤྲད་གསོད་པ་ལག་བརྟར་བྱུང་ཞིང་། ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་ཤིང་ལ་རང་སྤྱོད་སྤོངས་ཀྱིས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མིན་རྒྱས་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་རྒྱུ་ལ་ལས་ཀ་མང་པོ་བྱས་ནས་ཀྱབ་འབྲས་གཟེངས་སུ་ཐོན་པ་ཞིག་ཐོབ་ཡོད་པ་རེད། ཆོས་

དད་རང་མོས་ལ་བརྩི་འཛིན་དང་སྤྱད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཁར། དགོན་པ་འགའ་ཞིག་ཆོས་སྒྲིམ་གྱི་ཉམས་གསོ་  
བྱས་ནས་ཆོས་དད་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཆེན་མང་ཆོག་ས་ནས་ཀྱང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འཆོ་བའི་དགོས་པ་ཁོ་རིམ་བཞིན་སྒྲོང་ཐུབ་པ་  
དང་སྐབས་བདེ་རྒྱུ་འགྲོག་ཡོད་ལ། ཆོས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲུ་ལྟ་ཆོག་ས་ཀྱང་ཉན་བཞིན་རྒྱུན་ལྡན་དུ་འཁྱུར་གྱི་ཡོད་གསེས།  
དེ་ནི་ཆོང་མས་དགའ་ཆོ་བྱེད་འོས་པའི་སྤྱད་སྤྱོད་བཟང་པོ་ཞིག་རེད།

[illegible]

ཆོས་ལུགས་ལས་དེགས་ཀྱི་མི་སྣ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་ལྗོངས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲུབ་ལུགས་ཀྱི་མི་ཐེབས་པའི་ཆ་ཀྱི་འོག་  
 གྱི་ཕན་དང་། ཕན་བདེ། ཞབས་འདེགས་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྒྲུབ་པའི་བྱ་གཞག་འགའ་ཤས་  
 འཇུགས་གཉེན་བྱས་ཆོག་གི་རེད། དེ་འདྲ་བྱས་ན་ཡོང་འབབ་འཕར་སྒོར་བྱུང་ནས། དགོན་པ་ཉམས་གསོད་  
 གྲ་བཅུན་གྱི་འཆོབ་ལེགས་བཅས་བྱེད་བྱེད་ལ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁུར་པོ་འང་ཡང་དུ་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་རེད། ཆོས་ལུགས་  
 མི་སྣ་ཆོས་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་ཀྱི་དགོངས་དོན་གཞིར་བཟུང་སྟེ་ཆོས་ལ་དད་པ་  
 བྱེད་མཁན་མང་ཆོགས་ལ་བཀའ་བརྩི་ཁྲིམས་སྤྲུང་དང་། གཞན་ཕན་སྤྱི་སྒྲུབ། སློབ་བརྩོན་ཡར་འགྲོ། ལས་  
 བརྩོན་བྱུག་ཆགས་བཅས་བྱེད་རྒྱུ་འཁུ་སློབ་སྟོན་བྱེད་རྒྱུར་སྒྲུལ་མ་གཏོང་དགོས། ང་ཆོས་ནན་ཏན་གྱི་ཚོན་ནས་ཆོས་  
 དད་རང་མོས་ཀྱི་སྲིད་རྒྱས་ལག་ལེན་མཐེལ་ཕྱིན་བྱས་ཏེ། ཏུར་བརྩོན་ཆེན་པོས་ལས་ཀ་དེ་དག་ལེགས་སྤྲུབ་བྱེད་བྱེད་  
 བ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལ་པོ་སྟེང་འཇགས་མཐུན་སྤྱི་ལ་ཡོང་བར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་  
 རྒྱ་ཆེའི་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཏུར་བརྩོན་རང་བཞིན་སྤྱུལ་སྟོང་བྱས་ཏེ་ཁོ་ཆོས་པོད་སྟོང་སགས་ར་པ་འཇུགས་སྤྲུབ་བྱེད་རྒྱུར་སོ་  
 སའི་རྒྱས་པ་འདོན་དུ་འཇུག་རྒྱུར་ཡང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་གི་རེད།

གཏུམ་པ།      འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་ལྟར་གྱི་ལས་གཞི་རྒྱར།

འོ་བཅུ་ཕྱག་ཁ་ཤས་རིང་གི་བོད་རྒྱུང་ས་ཀྱི་འཐབ་ཚུགས་གཅིག་ལྟར་གྱི་ལས་ཀ་དེ་ཐད་ཀྱི་དྲང་ཚུགས་དང་ཐོག་  
ཚུགས་གཉིས་ཀྱི་ཉམས་ཚུང་དང་བསྐབ་བུའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོར་ཉང་གི་འཐབ་ཚུགས་གཅིག་ལྟར་གྱི་སྲིད་རྒྱུས་དེ་ནི་  
གསར་བཞེད་དམག་འབྲུག་གི་དུས་སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་འདྲ། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་གསར་བཞེད་དང་འཇུགས་  
རྒྱན་གྱི་དུས་སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་འདྲ། རྒྱལ་ཁ་འཐོབ་པ་བྱེད་ཡས་ཀྱི་ནོར་བུ་རྒྱས་ལྡན་རྒྱབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་  
ཚུང་ཚོར་གཏིང་བཟབ་ཅིག་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། བོད་ཞི་བས་བཅིངས་འགྲོལ་བཟང་བའི་ཐོག་མའི་དུས་སྐབས་སུ་མའོ་  
ཀུའུ་ཞི་དང་ཀྲོའུ་ཚུང་ལི་སོགས་གསར་བཞེད་ལམས་ཅན་ཅན་རབས་ནམས་ཀྱི་སྡིང་ཉེ་བའི་ཐུགས་ཁུར་དང་ཞིབ་པུའི་  
སློབ་སྟོན་འོག་བོད་རྒྱུང་ས་ཀྱི་འཐབ་ཚུགས་གཅིག་ལྟར་གྱི་ལས་ཀ་དེ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་རྗེས་  
སུ་“གཡོན”ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུན་ཐེབས་པ་དང་ལྷག་པར་དུ་འོ་བཅུའི་ནང་བྱིང་བུར་བའི་དབང་གིས་འཐབ་ཚུགས་གཅིག་  
ལྟར་གྱི་ལས་ཀར་གཏོར་གཤིག་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད། ཉེ་བའི་འོ་ཤས་རིང་ཉང་ཀྱང་དབྱང་གིས་བོད་རྒྱུང་ས་ཀྱི་  
དངོས་དོན་གཞིར་བབྱང་ཉེ་བོད་རྒྱུང་ས་སུ་འཐབ་ཚུགས་གཅིག་ལྟར་གྱི་ལས་ཀ་ཡག་པོ་སྐབ་རྒྱ་དེར་དོན་སྡིང་གལ་ཆེན་  
དམིགས་བསལ་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་ཞེས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གསལ་སྟོན་གནང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་བོད་རང་སློབ་  
རྒྱུང་ས་ཀྱིས་འཐབ་ཚུགས་གཅིག་ལྟར་གྱི་ལས་ཀ་དེ་རང་རེའི་ལས་ཀ་དེ་གྲས་རིམ་ཉིན་ཐོག་ལ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་  
འཛོག་དགོས་ཤིང་། བོད་རྒྱུང་ས་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་ལས་རིགས་དང་གོང་རིམ་མི་ལྷ་ཆེས་མང་ཆེ་བ་ནི་གྲང་བྲན་ཉང་གི་  
འགོ་བྱིད་ལ་བརྩི་བཀྱར་དང་མེས་རྒྱལ་གྱི་གཅིག་ལྟར་སྤྱང་བྱེད་ལམ་བཟང་དང་། བོད་རྒྱུང་ས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་  
རིག་གནས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱར་སོ་སོའི་རྒྱས་ཐུགས་འདོན་འདོད་ཡོད་ལམ་བཟོ་ཞིག་ཡིན་པ་དེར་ཡོད་ཆེས་བྱེད་  
དགོས། ཉང་གི་སྲིད་རྒྱུས་ཀྱི་གཏན་འཁེབས་ལྟར་དུས་སྐབས་གསར་བའི་འཐབ་ཚུགས་གཅིག་ལྟར་གྱི་ལས་ཀ་དེ་བྱ་  
ཡུལ་ནི་བཅིངས་འགྲོལ་མ་བཟང་གོང་དང་བཅིངས་འགྲོལ་བཟང་རྗེས་ཀྱི་བོད་རྒྱུང་ས་སུ་གོ་གནས་དང་མིང་ལུགས་



[illegible]

२ अथवा १० दिनांक तक (जो कम हो)

རང་འདི་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤྲོད་ས་འདི་ལ་གནད་ལྷ་མོ་ནས་ཆོས་གསུམ་ཞེས་ན་འང་འདྲ། སྤྱི་གསལ་གསུམ་  
 ཞེས་ན་འང་འདྲ། ས་སྤྱི་གདུང་རབས་ནང་དུ་བརྟམས་ན་ཆོས་ཁག་གསུམ་ཞེས་ཀྱང་བྲིས་ཡོད་ལ། སྤྱི་གསལ་གསུམ་  
 ཞེས་ཀྱང་བྲིས་ཡོད་པའོ། ། གཉིས་ཀ་འདམང་ཡིན་ནམ་ཞེན། རང་གིས་བརྟམས་ན་འདམང་ཡིན་ཆུ་རེད་སྟེ།  
 སྤྱི་གསལ་ཞེས་པའི་སྤྱི་གསལ་འདི་བོད་པའི་སྐད་གདངས་ཀྱི་དབང་གིས་སྤང་ན། ས་ཡ་བཏགས་ཆ་ཟེར་ན་མ་གཏོགས།  
 ས་ཡ་བཏགས་ཕུ་མི་ཟེར་ནི་རེད། དེའི་སྤྱི་གསལ་དང་ཆོས་ཁག་པལ་ཆེར་གཅིག་ཡིན་ནམ་ཆོས་ཁག་ཞེས་པ་སྐད་རིགས་  
 ལ་མཐུན་པ་མ་གཏོགས་ཡིག་སྟེང་ནས་སྤྱི་གསལ་ཞེ་ན་འགྲིག་གམ་སྟེ། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན་ར་ཆོ་མདོ་ཁམས་མདོ་  
 སྤྲད་ཀྱི་ས་ཆ་འདི་ལ་གྱི་ཁིང་རྟའི་ཆོས་ཁག་ཞེས་བརྗོད་པ་རེད། དང་པོའི་འགྲོ་ལུགས་ལྟར་ན་དབུས་གཙང་དམ་པ་  
 ཆོས་ཀྱི་ཆོས་ཁག་ཞེས་དང་པོར་ཆོས་དར་སའི་ས་ཆ་ཡིན་ཅན་ཆོས་ཀྱི་ཆོས་ཁག་ཞེས་བརྗོད་པ་རེད། མདོ་སྟོད་མགོ་ནག་  
 མའི་ཆོས་ཁག་ཞེས་དང་པོ་ལྟར་ན་མེ་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་མགོ་ནག་མའི་ཆོས་ཁག་ཞེས་པ་དང་། མདོ་སྟོད་ཀྱི་དབང་  
 གིས་སྤང་ན་དཔའ་རིས་དང་མདོ་དབུས་གཙོ་བྱས་པའི་རྟ་རྟུང་གྱི་ཆ་ནས་སྤང་ན་རྟ་རྟུང་ལུག་སྟེ་ཆོས་ཁག་པལ་ཡིན་པས་  
 གྱི་ཁིང་རྟའི་ཆོས་ཁག་ཞེས་བརྗོད་པའོ། ། མདོ་ཁམས་རྟའི་ཆོས་ཁག་འདི་ལ་དཔེ་ཆ་མང་པོའི་ནང་ན་མདོ་ཁམས་གཡར་  
 མོ་ཐང་ཞེས་སྟེན་པ་རྣམ་པ་ཆོས་ཤེས་ནི་རེད། སྟེན་གྱི་ནང་ན་མེ་རྟོག་གཡར་མོ་ཐང་ཞེས་མེ་རྟོག་འདབ་མ་བཞི་བ་  
 ཅན་གྱི་མེ་རྟོག་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་མེ་རྟོག་གཡར་མོ་ཐང་ཞེས་པ་ལ་འང་། དཔེ་ཆ་ལ་ལ་ན་གཡར་མོ་ཐང་ཞེས་འགྲེང་བུ་  
 ཅན་འབྲིབ་དང་། ལ་ལ་ན་འགྲེང་བུ་མེད་པ་བྲིས་ཡོད་པ་སྟགས་མང་པོ་ཡོད། དེ་གཉིས་ཀྱི་གང་དག་པ་ད་དུང་  
 རས་ཐག་གིས་ཆོད་ཀྱི་མེ་འདུག སྟེན་ཡིན་ན་གཡར་མོ་ཐང་ཞེས་པའི་འགྲེང་བུ་མེད་པ་དེ་ཁ་ལ་ཏ་ཅང་བདེ་བར་  
 འདུག དཔེ་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ན་གཡར་མོ་ཐང་ཞེས་འགྲེང་བུ་ཡོད་པ་དེ་མཐོང་རྒྱ་ཏ་ཅང་མང་། དེའི་ཁྱེན་གྱིས་  
 རས་ཀྱང་ཅིག་བྲིས་ན་འགྲེང་བུ་ཡོད་པ་དེ་བྲིས་ནི་ཡིན། དེས་ན་དེ་གཉིས་གདམང་ཡིན་ནམ་ཞེས་ན་དེ་གདམང་  
 ཡིན་ཆུ་མ་རེད། དེ་དག་གདམང་ཡིན་མི་རུང་གི་ད་ཆོད་རས་ལྟ་ཚུལ་ལ་གཡར་མོ་ཞེས་འགྲེང་བུ་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་  
 ཡིན་ནམ་སྟེ་མ་པའོ།

དེའི་ནང་ནས་རེ་སྒྲིང་གསེར་ལོ་སྒྲིང་ས་ཞེས་པ་འདི་ནི་ཡི་གེ་འབྲི་དུས་མི་འདྲ་བ་ན་མ་པ་གསུམ་ཡོད་ལ། ཁ་  
ནས་བརྗོད་པའི་ཆོའང་མི་འདྲ་བ་ན་མ་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲིང་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན། དེའི་གཅིག་ལ་རེ་བ་ཡིད་བཞིན་དུ་སྒྲིང་  
པས་ན་རེ་སྒྲིང་ཞེས་པ་དང་། གཅིག་ལ་རེ་བ་གོང་ཞེས་རེ་བ་སའི་གོང་ནས་ཆགས་ཡོད་པས་རེ་བ་གོང་ཞེས་བརྗོད་པ་  
ཡིན། གཅིག་ལ་རེ་གོན་ཞེས་རེ་ཉེ་གྱུན་པའི་ཆ་ནས་རེ་གོན་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། བ་སྟང་དེ་གསུམ་ལ་མཆོག་  
དམན་བར་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར་འབྱེད་རྒྱ་ཡོད་ནི་རེད། ཚུམ་དང་སྟན་པ་གཉིད་ལྷ་ཡིན་ཕྱིན། དེ་ལ་རེ་སྒྲིང་

ཞེས་བྲིས་ན་དེ་སྔོན་ཕྱིན་སྒྲིབ་བྱ་དམ་པའི་ཕྱག་སྤྲོལ་ཡིན་ནི་རེད། དེ་ནི་མིང་གི་དོན་ཡག་པོ་ཡིན་པ་སྟེ་རེ་བ་ཡིན་  
 བཞིན་དུ་སྒྲིབ་པས་ན་རེ་སྒྲིབ་དེས་ན་རེ་བ་ཆེན་གོང་ན་ཡོད་པས་ན་རེ་བ་གོང་ཞེས་སྒྲིབ་མཐུན་གྱི་མིང་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལ་  
 རེ་གོན་ཞེས་པ་མིང་ཅུང་ཟད་ཅིག་མི་ལེགས་ནི་རེད། དུས་ན་མ་རེ་ལྟོ་ཕྱིན་པའི་ཆ་ནས་རེ་གོན་ཞེས་བཞེད་ན་ཅུང་  
 ཅམ་སྤང་ཆོག་ཡིན་ནོ། ། དེས་སྒྲིབ་གྱིས་དུས་ན་མ་རྒྱུ་དུ་རེ་བ་གོང་ཞེས་བཞེད་ན་འགལ་ཆ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །  
 དེའི་བཞེད་ཚུལ་འདི་ནི་ཁྲུང་ས་མེད་གསར་བཤད་ཅིག་ག་ལ་ཡིན། དེ་ནི་ཁོང་དང་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་སྔོན་ཕྱིན་  
 ལམས་པ་ཁྲི་ཆན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཆར་ནས་དེ་ལྟར་བཞེད་པ་ཡིན། དེས་ན་ས་འདི་ལ་ད་དུང་རེ་བ་གོང་གསེར་མོ་  
 རྒྱང་ས་ཞེས་གསེར་མོ་ནི་གསེར་ཡོད་ན་ཡང་འདྲ་མེད་ན་འདྲ་གསེར་མོ་རྒྱང་ས་ཞེས་པ་ནི་གནའ་དང་པོ་ནས་དེ་ལྟར་  
 བཞེད་པ་ཡིན། ལ་ལ་ན་རྟོ་དུས་གསེར་མོ་རྒྱང་ས་ཞེས་བྲིས་པ་འདྲ་སྤང་མོད། དེ་ནི་སྔོན་ཆད་ནས་ཡོད་པ་ནི་  
 མཐོང་མ་སྟོང་། དེ་ནི་རང་རང་གི་ས་ཆ་ལ་བསྟོད་པ་བྱས་པ་མ་གཏོགས་གཞན་མེད། དེ་ལ་གསེར་མོ་ཞེས་ན་འདྲ་  
 འདྲ་གསེར་མོ་དེ་ཞེས་གསེར་མོ་དེ་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་གསེར་མོ་དེ་རྒྱང་ས་ཞེས་ན་འདྲ་འདྲ་དག་ནས་བཞེད་པ་བདེ་བ་  
 དང་ལག་ནས་འབྲིལ་བདེ་མོ་ནི་གསེར་མོ་རྒྱང་ས་རེད། དེའི་འཕྱོན་ས་ས་ཆ་འདིའི་ཆགས་ཚུལ་ནས་བཤད་ན། ས་  
 ཆ་འདིའི་མིང་ལ་མཆོ་སྔོན་པོ་ཞེས་གཞུག་ཡི་མཚུལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གཞི་ཆགས་པས་མཆོ་སྔོན་པོ་ཞེས་བཞེད། དེ་ན་དེའི་  
 ཤར་ཕྱོགས་ལ་མཆོ་ཤར་ཞེས་བཞུར་བའི་སྐད་ཆ་“海東”ཞེས་པ་དེ་དང་། དེ་བཞིན་མཆོ་བྱང་དང་མཆོ་རུབ་དེའི་  
 རྒྱུ་གྱིས་ང་ཆོའི་ས་ཆ་འདི་ལ་མ་རྒྱུའི་འཁོར་ཕྱོགས་ཀྱི་དབང་གིས་སྟོ་ཕྱོགས་ན་ཡོད་པས་མ་སྟོ་ཞེས་བཞེད་དེ། དེ་  
 ཅིའི་ཕྱིར་ཞེས་ན་རེ་བ་གོང་གསེར་མོ་རྒྱང་ས་ཀྱི་ས་ཆའི་ཆགས་ཚུལ་ཅམ་ཞིག་བཤད་ན་དེ་མོ་རེད། སློབ་ལྷ་འདིའི་  
 དབང་དུ་བཏང་ན། སློབ་ལྷ་འདི་ནས་སློབ་མ་མཐར་བདག་ལ་གསལ་ཆ་ཡོད་ནོ་རུབ་བྱང་མི་རིགས་སློབ་ལྷ་ཆེན་མོ་  
 རེད། དེ་ན་འདྲ་སློབ་ལྷ་འདི་ནས་འོངས་པའི་སློབ་མ་འགའ་རིག་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་ཁ་བརྟེན་འདྲ་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད།  
 དེ་ན་མས་ལ་ཡོན་ཆད་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན་དངོས་གནས་ཡོན་ཆད་མཐོག་ དེ་ནི་ངས་ཁ་མིན་དོན་གྱིས་བཤད་པ་  
 ཡིན། དེ་ངས་དབྱུང་པ་ཞིག་བཏང་ན་གང་ནས་ཡིན་ཅུང་ཏང་གི་འགོ་བྲིད་ཀྱི་འགོ་ནས་སློབ་ལྷ་འཇུག་གོ་ནོ།  
 སློབ་གསོ་བྱེད་པ་ནི་ཨ་ན་མ་ན་རེད། དེས་ན་སློབ་ལྷ་འདི་ནས་ཐོན་པའི་སློབ་མ་ན་མས་ནི་གཞན་དང་མི་མཚུངས་  
 པའི་ཡོན་ཏན་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་གང་ནས་བྱུང་ནི་རེད། དེ་ལ་དབྱུང་པ་བཏང་ན་དེ་ནི་གཙོ་བོ་དག་ཆན་ན་མ་པ་ལ་རག་  
 ལས་ཡོད་གི་དག་ཆན་ན་མ་པས་གསོ་སྦྱང་བཟང་བོའི་རྒྱུ་གྱིས་སློབ་མ་ཆོའི་ཡོན་ཏན་དེའང་ཡར་རྒྱས་སུ་ཡོང་བ་གཞན་  
 དང་མི་མཚུངས་པ་རེད། ཏང་གི་འགོ་བྲིད་ཀྱི་འོག་ནས་མི་རིགས་རང་གི་རིག་གནས་འདི་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་ལ་  
 གཏོང་རྒྱུའི་བསམ་སྒྲོལ་བཟན་པོ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ལམས་ཆད་ཀྱི་དབང་གིས་སོང་ན་ཡང་ལམས་པའི་མིང་མི་ཐོག་ཅུང་  
 ཡོན་ཏན་ཏ་ཅང་ཡོད་ནི་དག་ཡིན་ནོ། དེ་ཡིན་ཡང་དགོས་ཀྱི་རེད། དག་ཆན་ན་མས་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པའི་ཆོ་  
 སློབ་མ་ན་མས་ལ་འདྲ་ཡོན་ཏན་དེ་འཕྱོར་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་ད་དུང་ཡིན་ཅུང་དག་ཆན་ན་མ་པའི་  
 ཡོན་ཏན་དེ་མཐོང་དང་མཐོང་རེ་བཟང་རེ་བཏང་ན་དགོས་མཁོ་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་སྟམ་མོ། ། སྤྱིར་ན་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་  
 ནི་ལས་སྤོ་བོ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན། ཡོན་ཏན་ཞིག་ལྡན་རྒྱ་ནི་ཏ་ཅང་དཀའ་མོ་ཞིག་ཡིན་ནོ། ། ཡོན་ཏན་མཆན་ཉིད་  
 དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོད་རྒྱ་ནི་རང་རང་གི་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པ་ལས་བྱུང་ནི་རེད། དེས་  
 རེས་ནས་དག་ཆན་དེ་ཡལ་བར་མ་དོར་བར་དེས་ཅི་བཤད་དང་དུ་བྱངས་ནས་སྒྲུབ་ན་དེ་ལ་དེའི་ཚུལ་གྱིས་ཕན་ཡོན་

ཡོད་ནི་རེད། དགེ་ཆེན་གྱི་དབང་དུ་བཏང་ན་རང་ལ་བལྟས་པའི་ཡོན་ཏན་ལྟག་པ་ཞིག་དགོས་པ་རེད། དེ་མིན་  
དེ་ལས་དམའ་བའམ་ཡང་ན་དེ་དང་མཉམ་པ་ཞིག་གི་སྒྲིབ་མ་དེ་ལགོ་མི་ཆོད་པ་རེད། དེའི་མི་ཆོད་སྒྲུམ་ཉག་ས་དག  
གསུམ་ལྟ་བུ་ལ་རྒྱད་པ་བར་མ་ཆད་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་དགོས། རྒྱད་པ་བར་མ་ཆད་པ་ལས་བྱུང་བ་ལ་དེའི་ཁྱད་  
ཆོས་ཞིག་ཡོད་ནི་རེད། དེ་མིན་རང་རང་གི་རང་སྤྱོད་བྱས་ནས་ཤེས་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་གོང་དུ་མི་འགྲོ་ལྟོ། ། དེའི་  
རྒྱུན་གྱིས་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་སུ་རྒྱད་པ་བར་མ་ཆད་པ་དགོས་མཁོ་ཆེན་པོ་ཡོད་དོ། ། དེས་ན་དགེ་ཆེན་གྱི་ཁྱད་  
ཆོས་གྱི་དབང་དུ་བཏང་ན་གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་བསམ་པ་བཟང་པོ་ཞིག་དགོས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཅུང་ཟད་  
ཅམ་ཤེས་དུས་ད་རྒྱལ་དང་ཁེངས་དྲགས་ཡོད་ཆེ་གཞན་སྒྲིབ་མ་ལ་ཕན་མི་ཐོག་པ་ཡིན། མདོར་བསྟུས་ནས་བཤད་ན།  
དགེ་ཆེན་ལ་སྒྲིབ་མ་ལས་ལྟག་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་དགོས་པ་དང་གཅིག རྒྱད་པ་བར་མ་ཆད་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་  
གཉིས་གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་བསམ་པ་ཡོད་པ་དང་གསུམ་ནི་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་ཀྱིས་ཆོད་དགོས་པའི་ཕྱིར་  
རྟོ། །

སྒྲིབ་པ་པོ་སྒྲིབ་མའི་ཚུགས་ནས་བཤད་ན། བསྐྱབ་བྱའི་གནས་དེ་ལ་དོན་གཉེར་ཆེད་དགོས་པ་དང་། སྒྲིབ་  
པའི་ཆུ་འདྲོད་པ་ལྟར་དོན་གཉེར་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། ། དེར་ཐོག་ནས་དང་རྒྱལ་དང་ཁེངས་པ་དང་དྲེགས་པ་  
གཏན་ནས་ཡོད་མི་རུང་། བློ་ཆོག་ས་ཅམ་ཞིག་ཤེས་ན་འང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཤེས་སྒྲུམ་པ་དང་དང་རྒྱལ་དང་ཁེངས་དྲེགས་  
ཡོད་མི་རུང་། སྤྱོད་ལམ་གྱི་ཉེང་ནས་བཤད་ན་ཞི་ཞིང་དུ་ལ་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས། ཞི་བ་ནི་ཕྱིའི་སྤྱོད་ལམ་གྱི་ཉེང་  
ནས་ཤེས་རྒྱུ་དག་ཡིན་ལ། དུ་ལ་བ་ནི་ནང་སེམས་ཉེང་ནས་ཤེས་རྒྱུ་དག་ཡིན་ནོ། ། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་སྒྲིབ་མ་ལ་ཞི་  
ཞིང་དུ་ལ་བ་འདི་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་ཀྱི་ཆོད་དགོས་པ་རེད། སྒྲིབ་མ་ཆོར་སྒྲིབ་བྲིད་རེ་བྲིད་ན་འང་སྒྲིབ་མ་ནམས་  
ལ་ཕན་རེ་ཡོ་ཐོག་སྒྲུམ་ས་ནས་སྒྲིབ་ཅིང་བྲིད་ན་ཕན་ཡོན་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་ཞི་ཞིང་དུ་ལ་བ་  
ཞེས་པ་དེ་ཆོག་ཀྱང་ཡང་དོན་ཟབ་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་གསལ་བར་བཤད་ན་ཡོན་ཏན་སྒྲིབ་དུས་ཡོན་ཏན་ཅུང་ཟད་ཅམ་  
རེ་འགྱོར། ཡོན་ཏན་པའི་ཉམས་ཞིག་ཀྱང་ཐོན་པའི་དུས་ལྟག་པར་དུ་མགོ་འཕང་དེ་རེ་དམར་འགྲོ་དགོས་པ་དང་  
མགོ་ཡར་འགྲོག་མི་རུང་། ད་རྒྱལ་དང་ཁེངས་དྲེགས་གཏན་ནས་ཡོད་མི་རུང་། ལྟག་པར་རེ་རྒྱུར་དུ་འགྲོ་དགོས་  
པ་ལས་ཡོན་ཏན་ཅུང་ཟད་རེ་རྒྱུད་ལ་འགྱོར་དུས་གཞན་ལ་འཕུ་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་གཏན་ནས་བྱེད་མི་རུང་། དེའི་མི་ཆོད་  
བྱིས་པ་ཆོའི་དག་ནས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་ཅམ་དང་བཟང་ཆ་ཅམ་ཡོ་མེད་ལྟ་དགོས། སྐབས་འདིའི་བྱིས་པ་ལགོ་རྒྱ་གཉིས་  
ཡོད་པ་རེད། འོ་ན་རྒྱུང་བ་ལའང་བྱིས་པ་ཟེར་བ་དང་། མཁས་པ་དང་བླུ་པོ་ཞེས་པའི་བླུ་པོ་ལའང་བྱིས་པ་  
ཟེར་བ་རེད། སྤྱིར་ན་དེའི་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་མོད་སྐབས་རེ་གཉིས་ལ་དེའི་ཁ་ནས་ཡང་དགོས་ནོ་མཁོ་ཞོའི་གཏམ་ཡོང་  
རྒྱུ་ཡོད་ནི་རེད། དེ་ལ་ཐོག་ས་པའང་རྒྱར་ལེན་དགོས་ནི་རེད། དེའི་མི་ཆོད་ད་དུང་རང་ལས་དམའ་བ་རྒྱུ་མ་  
གཏོགས་མེད་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་དགོས་ནི་རེད་དེ་སྤྱིས་བྱུང་མ་པ་ཆོའི་ཁ་དཔེ་ཡིན་ནོ། ། རང་ལས་དམའ་བ་རྒྱུ་ལས་  
མེད་ཞེས་པ་ལྟོ། ། རྒྱུན་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱར་དུ་བཞུར་བ་ལས་ཡར་མཐོ་སར་མི་བཞུར་བའི་དཔེ་བཞག་སྟེ། དོན་  
ནི་ད་རྒྱལ་ཡོད་མི་རུང་ཞེས་པ་ལྟོ། ། དེ་ཐམས་ཅད་ཡང་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས། བཅོས་མ་ཡིན་ཕྱིན་  
དེའི་སྐབས་སུ་དེ་འདྲ་བྱས་ཀྱང་། དེའི་རྗེས་རང་བཞིན་དེ་ཕྱིར་མངོན་པ་ཡིན་པས་དགོས་པ་མེད་དོ། ། དེའི་རྒྱུན་  
གྱིས་སྤྱོད་རྒྱ་གར་ནས་ཕྱོན་པའི་མཁས་པ་མགོན་པོ་སྤྱུ་བྱུ་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་མང་པོ་མཛད་ཡོད་མོད། ལྟག་པར་དུ་རིག་

པ་ནངས་པར་འཆིལ་བསྐབ་ཞེས་པའི་རིག་པ་ནི་གང་བཙོན་པར་བྱ་བའི་ཤེས་བྱའི་གནས་དེ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སངས་རྒྱུ་མཉམ་རང་ཉིད་འཆི་བ་ཤེས་ཡོད་ཀྱང་། དེ་རང་ད་དུང་རིག་པ་དེ་བསྐབ་དགོས་ཞེས་པ་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་ཏུ་བཏང་ན་རིག་པ་དེ་བསྐབ་རྒྱ་ནི་གལ་ཆེན་རེད་དམ་མ་རེད། བོད་ཀྱི་དབང་དུ་བཏང་ནས་སྐྱུ་པ་རྗེ་ཏུ་མཇུག་པའི་ལེགས་བཤད་ནང་དུ། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་ཁ་དེ་ནི། །ས་ཡི་བྱ་གཤག་དང་མཚུངས། །ཞེས་བལྟས་པ་ཅམ་གྱིས་བཀའ་བཀྱོན་ཆེན་པོ་ཞིག་གནང་འདུག་མོད། དོན་ལ་གོ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ལྟེ། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་ཁ་དེ་ནི་འདམ་བག་གིས་བཅོས་པའི་ཁྲ་བྱ་དང་མཚུངས་ཞེས་དེ་ལས་བཀའ་བཀྱོན་བཅན་པོ་གནང་རྒྱུ་མེད་མོད། འདྲ་ཞིག་རྒྱབས་དང་དེ་ཅི་མ་བདེན་དེ་ལ་གོ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡོད་དོ། །སྤྱན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་མི་མང་ཆོག་ས་ས་ཞིག་ནས་ཁ་དེ་ཁ་རྟོག་འདུག་པ་ལས་ཁ་གྲག་རྒྱ་གང་ན་ཡོད། ཁ་ཞིག་གྲགས་དུས་སྤྱན་པོའི་ཆོག་ཞིག་མ་གཏོགས་ཡོང་རྒྱུ་མེད་དོ། །དེའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡོན་ཏན་སྤྱོད་རྒྱུ་གལ་ཆེན་རེད་ལ་ཞེས་གདམས་པའོ། །ཡོན་ཏན་ཡོད་ཆེ་སྐད་ཆ་ཆོག་གཅིག་ཅམ་བཤད་ཀྱང་མཁས་པའི་བྱང་ཆོས་ཡོང་རྒྱུ་ཡོད་དོ། །དེ་མེན་ད་དུང་མང་པོ་ཡོད་མོད་དེ་ངས་འདི་ནས་བཤད་དགོས་དོན་མེད། དེ་ཆང་མ་བྱེད་ཆོས་མིག་གི་རིག་ཡོད་ནི་རེད། རང་རང་གི་སེམས་ཐོག་ལ་བསྐྱར་གི་ཡོད་མེད་ཅི་རིགས་ཡོད་མོད། དེ་མ་གཏོགས་ཆང་མ་རིག་ཡོད་ནི་རེད། གཙུག་པོ་དེ་ཆང་མ་རང་རང་གི་ཐོག་ཏུ་བསྐྱར་དགོས་གལ་ཆེན་ཡིན་ནོ། །ཡོན་ཏན་གྱི་བྱང་པར་ངས་གཞན་མང་པོ་བཤད་མི་དགོས་ཀྱང་། གཞན་དཔེ་ཞིག་སྤངས་ན། སྤོན་སྤྱོད་དཔོན་ཅན་གོ་མི་རྟོག་གྱི་དབང་དུ་སོང་ན་དགེ་བསྟེན་ཞིག་རེད། མཁས་པའི་ལུ་ལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། དེའི་དུས་སུ་ས་དེའི་དགོན་པ་ཆེ་ཁག་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་དཔལ་ན་ལེན་པ་ཞེས་པའི་དགོན་པ་ཆེ་ཁག་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་རེད། སྤོན་དཔོན་དེ་གནས་དེ་ལ་ཐེབས་དུས། དེ་ནས་ཀྱིས་སྤོན་དཔོན་དེ་ཡིན་པ་ཤེས་ནས་བྱེད་རང་དེ་ལྟར་ཐེབས་པར་མི་རིགས། བྱང་ཐེབས་པ་ལ་ངེད་ཅག་གིས་བསུ་མ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་ཤིང་ཉི་ཤིང་དུ་བཞག་ཉེ་གདན་དྲངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ན་དེ་གཅིག་ནས་དགེ་བསྟེན་གྱི་རྟོག་ཅམ་ལས་མ་ཡིན་པ་དང་། གཉིས་ནས་དེ་ལོན་ཆུང་བ་ཡིན་མོད་ཀྱང་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་སྤུ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་བྱས་པ་ཡིན་པས་ཡོན་ཏན་དེ་དེ་ལྟར་ཅ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཡན་ཆད་ནས་དགེ་ཅན་རྣམས་པ་དང་སྤོན་མ་རྣམས་པ་ལ་ལུན་དགོས་པ་གང་དག་དང་། ལུན་མི་དགོས་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་ཉུང་ཅམ་བཤད་ནི་ཡིན། དེའི་འཕྱོན་སེམས་ཟིན་ཡང་དག་པ་ཞིག་དགོས། རེས་ཟིན་ཡང་དག་པ་དེ་གང་རེད་ཞེན། རང་རེ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤྱིངས་འདི་ལ་མཚོན་ན་སྤོན་གྱི་ཞེས་པའི་མིང་ཅམ་ཡང་མེད། ལྷག་པར་དུ་ང་ཚོ་མ་དོ་མཚོན་ན་འདྲ་སྤོན་གྱི་ཞེས་མིང་ཅམ་ཡང་ཤེས་ནི་མ་རེད། མིང་ཅམ་མ་ཤེས་ཆེ་སྤོན་གྱི་ལོ་མ་ཞིག་མཐོང་རྒྱ་གང་ན་ཡོད། ཡོད་ནི་མ་རེད། དེ་མེད་ཅན་སྤོན་གྱི་ལས་མཐར་ཕྱིན་པའི་དགེ་ཅན་དང་སྤོན་གྱི་ནས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྤོན་མ་ཞིག་གང་ན་ཡོད། ཡོད་ནི་མ་རེད། དེ་མེད་ཕྱིན་སྤོན་གྱི་ལས་ལུགས་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་ཀྱང་གོ་རྒྱུ་ཐོས་རྒྱུ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེང་སྐབས་སྤོན་གྱི་ཞེས་པ་དེ་གང་ས་གང་ན་མེ་རྟོག་ཁ་བྱེ་པ་ལྟ་བུ་གང་ས་གང་ན་ཡོད་པ་འདི་རེད། སྤོན་གྱི་ཞིག་ཡོད་ས་ན་ད་གཟོད་མི་རིགས་རང་གི་སྐད་རིགས་དང་ཡིག་རིགས་དེ་གོང་འཕེལ་ལ་འགོ་ངེས་རེད། མི་རིགས་རང་གི་ཡིག་དང་མཐུན་པའི་སྤོན་གྱི་ཞིག་ཡོད་པ་ན་རིག་གཞུང་དང་རིག་གནས་སོགས་སྤེལ་བ་ཞིན་ཡོད་པའི་སྤོན་གྱི་ནི་རིག་གནས་ཡོན་ཏན་འབྱུང་སའི་འབྱུང་གནས་དང་རིག་གནས་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བའི་གཞི་རྩ་ཞིག་ཏུ་ཡུར་ཡོད་པ་དེ་ལ་ངོས་ཟིན་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཐོབ་དགོས། དང་པོ་དབུས་



གཙང་གི་ས་ཆ་སོ་ཡིན་ན་རྒྱལ་དབང་ལྟ་བུ་དབང་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་དུས་སུ་བཅུགས་པའི་སློབ་གྲུའི་ལམ་ལུགས་  
ཞིག་ཡོད་ཟེར། དེ་ནི་འདི་བྱུང་བཅུ་ལྟོགས་ཀྱི་ནས་ཡིན་ནི་མ་ཤིང་། ལྷག་པར་དུ་རྩ་ཆུང་ལམ་ལྟར་ཡུལ་ལྟ་བུ་ལ་  
གཏན་ནས་ཐོན་ཐུབ་ནི་མ་ཤིང་། གོ་སྐོས་ལྟར་ན་འཇམ་དབྱངས་བཅུ་དྲུག་ལྟ་བུའི་དུས་སྐབས་ལྷ་སར་ཕེབས་  
ནས་སློབ་གྲུའི་ལམ་ལུགས་དེ་ལ་གཟིགས་ཏེ་དེ་ནས་ཕྱིར་སྒྲུབ་དུ་ཕེབས་ནས་སློབ་གྲུའི་ལམ་ལུགས་ཞིག་བཅུགས་རྒྱ་  
བཅུགས་ནི་རེད་མོད་འོན་ཀྱང་དེ་ལའང་མཐར་ཐོན་མ་ཐུབ་པའོ། ། འོན་ཀྱང་སློབ་གྲུའི་ཞིག་བཅུགས་པའི་སྐྱེན་གྱིས་  
སློབ་གྲུ་དེ་ནས་ཐོན་པའི་ཡིག་གཟུགས་ལེགས་པོ་འབྲི་སློབ་ཞིག་དེར་སང་ད་དུང་མ་ཉམས་པར་གནས་པ་རེད།  
དཔེར་ན་དམུ་དགེ་ལ་བྱུང་བས་མ་གཏན་གྱི་ཕྱག་བྲིས་འདྲ་འདྲ། གཙོས་ན་ཡོད་པའི་སློབ་ལམ་རྒྱ་མཚོས་བྲིས་ནི་འདྲ་  
འདྲ། ལྷག་པར་དུ་སློབ་ལམ་རྒྱ་མཚོ་ཆོང་གི་ཕྱག་བྲིས་ཏེ་སློབ་གྲུ་དེར་དར་ནས་ཡོང་ནི་རེད། དེ་འདྲ་མ་གཏོགས་  
ལམ་ལྟར་ཡུལ་དུ་སློབ་གྲུ་ཞིག་ཡོད་ནི་མ་ཤིང་། དགེ་ཆན་ལ་སློབ་དཔོན་ཞེས་པ་དང་སློབ་དཔོན་གྱི་བསྐྱེད་སྐྱོང་དེ་ལ་  
སློབ་མ་ཞེས་ཟེར། ཡང་ན་དགེ་ཆན་དང་དགེ་ཕྱག་ཟེར་དགེ་ཆན་ཞེས་པ་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྒྲིགས་ནས་ཆན་པོར་ལྟར་  
ཡོད་པས་ན་དགེ་ཆན་དང་། དེ་བསྐྱེད་ཡུལ་གྱི་སློབ་མ་ལ་དགེ་ཕྱག་ཟེར། དེ་ཡིན་ན་ཡོན་ཏན་དེ་ཙམ་བཞེ་བའི་སྐྱེན་  
གྱིས་སློབ་མ་སྤྱད་སྤྱུ་ཡིན་ཅུང་། སློབ་དཔོན་ཡིན་ན་འདྲ་དགེ་ཆན་ཡིན་ན་འདྲ་དེ་བཙེ་བཀྱར་བྱེད་དགོས་པ་རེད་  
བཙེ་བཀྱར་ཞེས་པ་ནི་དགེ་ཆན་དེ་བཞེན་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་སོང་ན་དགེ་ཆན་དེ་བཙེ་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་སོང་ན་གཞན་  
དང་མི་མཚུངས་པའི་བཙེ་བཀྱར་ཞིག་དགོས་པ་རེད། ཉེ་སྔར་གྱི་རིག་གནས་གསར་བཞེས་སྐབས་སུ་སློབ་མ་ཆོས་དགེ་  
ཆན་ལ་འཐབ་ཚུངས་བྱེད་རྒྱ་དང་། དུ་སྤྱག་ཆོས་མ་ལ་འཐབ་ཚུངས་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པ་མི་ལེགས་པའི་བྱ་སྤྱད་དང་ལམ་  
ལུགས་དང་པོ་འདི་མ་ཅན་བྱུང་ཡོད། དམོན་དེ་ཡོད་ནི་མ་ཤིང་། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་དགེ་ཕྱག་ཆོས་དགེ་ཆན་ལ་བཙེ་  
བཀྱར་བྱེད་རྒྱ་ནི་དུས་དང་རྒྱུ་པ་ཀྱང་དུ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་རེད། དེ་ལ་ལུས་ཀྱི་སྤྱང་ནས་བཙེ་འཛིག་བྱེད་དགོས།  
དཔེར་ན་དགེ་ཆན་མཐོང་བ་ན་དེ་བཙེ་བཀྱར་བྱེད་རྒྱའི་རྒྱུ་འབྱུར་དང་རྒྱུ་པ་ཞིག་ཐོན་དགོས། དགེ་ཆན་ལ་སློབ་མ་  
ས་འཛིག་དགོས་དཔེར་ན་དགེ་ཆན་ལ་བྱིད་ལྟ་བུའི་ཞེ་ས་ཆོག་འཛིག་དགོས་པ་དང་། ང་ཆོའི་ནང་བ་སངས་རྒྱས་  
པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་རང་རང་གི་དགེ་ཆན་དང་རང་རང་གི་སློབ་དཔོན་དེ་ལ་བཀའ་སྤྱི་སྤྱད་གསུམ་ལས་བྱང་བའི་  
དགེ་ཆན་ལ་བཏུ་ཚུལ་ཞིག་ དེ་ལ་བཞེན་ཚུལ་ཞིག་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་ཞིག་ཡོད་མོད། ད་སྐབས་འདི་ནས་  
བཤད་མི་དགོས་སོ། ། གང་ལྟར་ཀྱང་རང་རང་ལ་ཡོན་ཏན་འབྱུར་དུ་ཐོན་པ་ཞིག་དང་། གཞན་ལ་བཏུ་བའི་ཡོན་  
ཏན་ལྷག་པ་ཞིག་འབྱོར་ཡོད་པ་དེ་སྤྱི་དྲིན་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་དགེ་ཆན་གྱི་དྲིན་ཡིན་པ་ལས་གཞན་ཞིག་ནས་ཡོང་ས་  
ཡོད་པ་མ་ཤིང་། དེ་ངེས་ཟིན་བྱེད་དགོས། ང་ཆོའི་བོད་སྐད་ནང་ན་ཞེ་ས་གང་མང་ཡོད་ནི་རེད། རྒྱ་སྐད་ལྟ་  
བུའི་ཞེ་ས་མང་པོ་ཡོད་པ་མ་ཤིང་། རྒྱ་ཞེས་པའི་ཡིག་ཞིག་བྲིས་ཆེས་དེས་ཡུར་གཡུར་ལྟ་བུ་ལ་གོ་ཆོད་འདུག་ ཞེ་  
ས་དེ་མ་ཤེས་ན་དག་ཡིག་མཐར་ཕྱིན་པའང་ཤེས་བྱུང་པ་མ་ཤིང་། བོད་སྐད་ལ་ཞེ་ས་གང་མང་མང་ཡོད་ནི་རེད།  
དེ་ཤེས་དགོས་ན་སྤྱད་མོང་བའི་སྐད་ཆ་དང་སྤྱད་མོང་མིན་པའི་སྐད་ཆ་དང་། ཞེ་སའི་སྐད་ཆ་དེ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་  
ཡིན་པ་རྒྱུ་དག་ཡིག་ནང་དུ་རེ་རེ་བྱས་ནས་ཡོད། ཤེས་དགོས་པ་རེད། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་གོང་ནས་བཤད་པ་ལྟར་  
དགེ་ཆན་ལྟ་བུ་ལ་བྱིད་ཞེས་འབྱེད་བྱ་ཅན་བྲིས་ན་ཞེ་ས་དང་། བྱིད་ཞེས་ན་རྩི་ཅན་བྲིས་ན་ཞེ་ས་མེད་པ་དང་།  
ཡང་ན་བཞུགས་དང་ཕེབས་བཞེས་སོགས་ཞེ་སའི་ཆོག་གང་མང་མང་འབྱོར་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དབུསགཙང་ལྷ་བྱུ་ཡིན་ན་ཞེས་དེ་ཏ་ཅང་མང་དྲགས་པའམ་ཐལ་ཆེ་བ་ལྷ་བྱུ་ཡིན་ནོ། ། དེ་དགོ་ཀན་ལས་  
གཞན་ད་དུང་བཅོ་ལྔ་ཚུན་ཆད་ཆད་སའཁོར་ཁལ་བ་ལྷ་བྱུ་ཆད་མར་ཞེས་དེ་སྤྱར་བ་ལྷ་བྱུ་ཆུན་དུ་སྐད་རིགས་ནང་དུ་  
གང་ཡིན་ས་ན་ཡོད་པ་ལྷ་བྱུ་དེ་ཡིག་སྐད་དང་མཐུན་པ་ཡིན། མང་དྲགས་པ་དང་ཐལ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ཡིན་ན་  
རང་གི་དགོ་ཀན་དེ་བཞེན་ཚུལ་དང་བཅི་ཚུལ་གྱི་དབང་གིས་ཡང་དག་པ་ཡོད་ཆུ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤྱང་བ་ཞེས་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་  
ཆལ་ལྷག་ཞིག་ཡིན་དེ་མདོ་དུན་པ་ཉེར་བཞག་ན་འདི་ལྷ་ར་གསུང་ཡོད་དེ། ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བའི་མི་དག་ནི།  
དུད་འགྲོ་རྣམས་དང་མཚུངས་པ་ཡིན། ། ཞེས་རང་རང་གི་དགོ་ཀན་རྣམས་བཞེན་ཚུལ་དང་བཅི་ཚུལ་གྱི་དབང་  
གིས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡང་དག་ཞིག་སྤྱང་ན་བཟང་བ་ལས་ཡང་དག་པར་མ་སྤྱང་ན་དེ་དུད་འགྲོ་རྣམས་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་  
ཞེས་སྤྱགས་ཐོག་རྣམས་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ཞེས་དེ་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་བཀྲོན་ཞིག་གནང་ཆུ་གང་ན་ཡོད། དེ་ནི་  
དགོ་ཀན་དང་དགོ་སྤྱག་བར་གྱི་བཅི་བཀྲར་གྱི་སྒྲིགས་ནས་བཤད་ནི་ཡིན། དེའི་འཕྲོན་པ་ཡོད་ཏན་གྱིས་ཅ་བ་ནི་ཡི་  
གེ་ལ་ཐུག་ཡོད། བོད་རང་གི་སྐད་དང་མཐུན་པའི་ཡིག་འདི་གནང་དང་པོ་ནས་དར་སྤེལ་བྱུང་བ་འདི་མ་ཉམས་  
པར་དར་སྤེལ་དུ་གཏོང་ཆུ་རང་རང་སློབ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་འགན་ཡིན་ནོ། ། ཡིག་འདི་དབང་དུ་བཏང་ན་དང་པོ་ཕྱད་སློག་  
དང་སློབ་སློག་འདི་གལ་ཆེན་ཡིན། དང་པོ་ཡིག་འདི་ས་འཛིན་དུས་ཀྱི་ཁ་སྐོག་ས་འདོན་དུས་ནས་ཕྱད་སློག་དང་སློབ་  
སློག་འདི་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡོང་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་ས་སྐྱ་པ་རྩེ་ཏའི་གསུང་ན་ཆོགས་འདེད་བྱེད་དུས། དཔེར་  
ན། བདག་གཞན་ཞེས་པ་ལྷ་བྱུ་ལ་མཚོན་ན་བདག་གསུར་ནས་བདག་ཞེས་དང་དེང་སང་བདག་ཞེས་པ་ལ་སྤྱར་ཞེས་  
སློག་པ་དང་། གཞན་ལྷ་བྱུ་ཡིན་ན་གཞན་སྤྱར་གཞན་ཞེས་གསྲོན་འཇུག་དང་ཞེས་གཞི་ན་རྩེས་འཇུག་ལ་སྤྱར་ཆེ་  
གཞན་ཞེས་པ་འདི་ཡོང་བ་ཡིན་ཞེས་ཆོགས་གྱིས་དེད་ནས་ཡོང་བ་ལ་ཆོགས་འདེད་ཞེས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཡམ་དངོས་བ་  
གོང་ལྷ་བྱུ་ཡིན་ན་བདག་གཞན་བདག་ཞེས་པ་དང་དོན་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། ། ང་ཆོའི་ཡུལ་མ་ཕར་ཁའི་འདོན་ཚུལ་  
གྱི་དབང་གིས་བདག་གཞན་ཞེས་སློག་པ་ན་འདོན་དུས་ལས་སྤྱོད་ཡིན་མོད་དོན་ལ་གཅིག་ཆད་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །  
བྱིས་པ་ཆེར་བསྐྱབ་དུས་སུ་བཞག་དང་སྤྱར་ཞེས་བསྐྱབ་ན་བཟང་ངོ་། ། ངས་སྤོན་ཆད་མཚོ་སྤོན་སྤོབ་གསེལ་ན་མ་  
སྤྱང་ཆར་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཆོགས་ལྷེར་ཞེས་པ་ལྷ་བྱུ་ཞིག་མཐོང་བ་ཡིན་མོད། དེ་ནི་མ་དག་པ་རེད། དེ་ལྷ་བྱུ་བྱིས་  
ཆེ་རྩེས་མ་རྣམས་ལ་ང་ཉེས་ཐེབས་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད། དེ་ལ་ཆོགས་འདེད་ཞེས་འབྲི་དགོས་སྤེད་ཞེས་  
པ་ནི་བྱ་བྱེད་གྱི་བྱང་པར་ཡིན་ཏེ་བྱ་ཆོག་དང་འདེད་ཞེས་བྱ་ཆོག་དང་བྱེད་ཆོག་ཡིན་པ་ལྷ་བྱུ་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།  
དེ་བཤད་དོན་ཆུང་དུས་ནས་སློག་བསྐྱབ་དུས་ཆོགས་འདེད་བྱས་ནས་འདོན་ཆུ་བསྐྱབ་ཆུ་གལ་ཆེན་ཡིན་ཞེས་པ་ལོ། །

དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེན་དང་སང་ལུ་བྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་བསྐྱད་ན་དགོ་ཀན་ཆོའི་ནང་དུ་འང་  
དཔེ་ཆ་ལག་ཏུ་བཟུང་ནས་སློག་དུས་ཤར་ར་མར་ར་བཏོན་ནས་འགྲོ་བ་དང་། ཆོགས་འདེད་ཞིག་བྱོས་ཤིག་ཞེས་པ་  
ན། དཔོན་ནི་མ་རེད། ཆོགས་འདེད་བྱེད་ཤེས་ནི་མ་རེད། དེར་བྱིར་འདང་ཞིག་བརྒྱབ་ན། ཆུང་དུས་རང་  
གིས་ཆོགས་འདེད་བྱས་ནས་མ་བཏོན་པ་དང་། སློབ་མ་རྣམས་ལ་ཆོགས་འདེད་བྱས་ནས་སློབ་གྲྭ་མེད་པ་ལྷ་བྱུ་རེད།  
དེ་ལྷ་བྱུ་རིག་གནས་ནི་བྱ་གཤོག་ཆག་ལྷ་བྱུ་ཡོན་ཏན་རེད། བྱ་ཞིག་ཡིན་ན་འང་གཤོག་པ་གཉིས་ཡོད་ན་ད་གཟོད་  
འཕུར་ཅལ་ཆེ་བ་ལས་གཤོག་པ་གཅིག་གིས་འཕུར་གལ་ཐུབ། དེ་དང་དཔེ་འདྲ་བལོ། ། དེས་ན་འདང་ཞིག་རྒྱབ་  
དང་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ཞིག་གི་དགོ་ཀན་ཆེན་མོའི་གོ་གནས་བཟུང་ནས་ཡིག་ཆོགས་འདེད་ཅམ་ཡང་མི་ཤེས་ན་དེ་ཡོན་

ཉན་ཡིན་ནམ་སྒྲིན་ཡིན། དེ་ད་དུང་སྒྲིན་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་གསལ་ཡིན། ཆོག་སའདེད་དེ་མ་ཤེས་ཆེ་ཡིག་ཅི་སྒྲིག་ནས་  
ཅམ་དང་ཡིག་དག་ཆགས་དུང་གི་ཐད་ལ་སྒྲིན་དེ་ཐེབས་ངེས་པའོ། ། ཆོག་སའདེད་བྱས་ནས་འདོན་རྒྱ་དེ་ནི་བོད་  
ཡིག་གི་ཁྱད་ཆོས་ཞིག་ཡིན་ནོ། ། ཡལ་ཤ་ལྟ་རམས་པ་དག་དབང་བསྟན་དར་ཞེས་པའི་བོད་ཡིག་གི་ནང་དུ་སྒྲིན་ལམ་  
ཆེན་མོ་དང་། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་དང་། རྒྱལ་དབང་ལྷ་བ་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་ལྷ་བ་ཆེན་མོ་དང་ལྷ་བ་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་  
ལ་བརྟག་ན་བོད་ཡིག་དག་པོ་མེད་ནི་ཡིན་ནམ་ཞེས་དེ་དག་པོ་མེད་པ་ག་ནས་ཡིན། བྱིད་དགེ་བཤེས་ཆེན་མོ་ཡིན་  
ཡང་སྐད་རིགས་ལ་མ་བྱང་བའི་སྒྲིན་གྱིས་མོ་དང་པོ་སྒྲིན་རྒྱལ་ལ་བྱད་པར་མེད་པ་ཡིན། བོད་སྐད་ལ་བྱང་བ་ཞིག་  
ཡིན་ཅིན་དེ་གཉིས་སྒྲིན་རྒྱལ་ལ་བྱད་པར་ཆོད། ། བོད་སྐད་ཀྱི་ནང་དུ་མོ་དང་པོ་སོགས་སྒྲིན་རྒྱལ་ལ་འང་ཆན་རིག་  
དང་མཐུན་པའི་མིང་འདོགས་རྒྱལ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་གང་བྱང་དུ་བརྟགས་པ་ཞིག་མིན་ནོ། ། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ཟེར་  
བ་ལས་ཆེན་པོ་མེ་ཟེར། སྒྲིན་ལམ་ཆེན་མོ་ཟེར་བ་ལས་ཆེན་པོ་མེ་ཟེར། རྒྱལ་དབང་ལྷ་བ་ལྷ་བ་ཆེན་པོ་ཟེར་བ་  
ལས་ལྷ་བ་ཆེན་མོ་མེ་ཟེར། དེ་མེ་ཟེར་བའི་དོན་གང་ལ་བྱག་ཡོད་བཅས་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཆན་རིག་དང་མཐུན་  
པའི་ལན་ཞིག་འདེབས་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། ། ད་སྐབས་འཛམ་གླིང་གི་སྤྲོད་ན་ཡིག་རིགས་གྲངས་མེད་པ་ཞིག་ཡོད་དེ་  
སྒྲིག་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། མང་པོ་དེ་ལས་རང་ཞེན་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་མིན་ན་རང་གི་  
བོད་ཡིག་གི་སྒྲིག་རྒྱལ་འདི་ལ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། ཡོད་དགོས་དོན་ནི་མགོ་ཅན་  
གསུམ་དང་། འདོགས་ཅན་བཞི། སྒྲིན་འཕྲུག་ལྷ་དང་རྩེས་འཕྲུག་བཅུ་ལ་སོགས་པ་གཉན་ལ་ཐེབས་པའི་བཀའ་  
དྲིན་གྱིས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་ཆོས་ཡོད་པར་སྟུམ། ཁྱད་ཆོས་མང་རྒྱལ་ནིང་ལ་བཤད་ཀྱི་མང་མོད་དུས་ཆོད་  
ཀྱི་དབང་གིས་དེ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པར་སེམས།

དངས་སྐབས་འདི་ནས་འཛམ་གླིང་ཟེར་ནི་ད་ལྟ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་ལ་ཟེར་བ་ནི་ད་སྐབས་ཀྱིས་སྒྲིག་  
དུ་རྒྱུར་ཡོངས་སུ་འཛམ་གླིང་ཞེས་བརྗོད། སྒྲིན་ན་འཛམ་གླིང་ཤིང་རྟེན་དབྱིབས་ཟེར་བ་འདི་དོན་དེ་འདྲ་རྒྱ་ཆེ་བ་  
ཞིག་མ་རེད། ཤིང་རྟེན་དབྱིབས་ཞེས་པ་ཆགས་དབྱིབས་བྱུར་གསུམ་ཞིག་ཡིན་པར་གོ་བ་དང་། སོག་པའི་  
དབྱིབས་ཞེས་པ་འང་བྱུར་གསུམ་སོག་པའི་དབྱིབས་ཡིན་པ་དེ་ད་ལྟའི་ས་ཁྲའི་སྤྲོད་ནས་བཤད་ན་འང་བལ་བོའི་ཚུགས་  
དང་། འབྲུག་ལུ་ལྟ་ཚུགས། རྒྱ་གར་ཤར་ཐུབ་རྩྭ་བྱ་གར་དུས་མ་འདི་ཅམ་ཞིག་ལ་འཛམ་གླིང་ཤིང་རྟེན་  
དབྱིབས་ཞེས་མངོན་པ་མངོད་ཀྱི་བཤད་ལུགས་ཡིན། རྒྱ་གར་ལ་འཛམ་གླིང་ཞེས་པའི་མིང་འདི་མི་ཐོག་གི་རྒྱ་གར་ལ་  
འཛམ་གླིང་གི་མིང་འདི་མ་ཐོགས་ཆེ་ཅི་སྒྲིང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་འཛམ་གླིང་ཞེས་པའི་མིང་འདི་ཐོགས་དོན་མེད་དོ། །  
འོན་ཀྱང་དུས་འཁོར་གྱི་གཞུང་གི་བཤད་ལུགས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་འཛམ་གླིང་རྒྱུ་དུ་དང་འཛམ་གླིང་ཆེན་པོ་ཞེས་ཆེ་  
རྒྱུ་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཡོད་པ་རེད། འཛམ་གླིང་རྒྱུ་དུ་ཞེས་པའི་ཆེ་གོང་ནས་བཤད་པའི་འཛམ་གླིང་ཤིང་རྟེན་  
དབྱིབས་ཞེས་པ་འདི་ཅམ་ལས་གོ་རྒྱ་མེད། འཛམ་གླིང་ཆེན་པོ་ལས་དུ་མ་བུ་བཅུ་གཉིས་ཡོད་ཅེས་བཤད་སྟེ་ཡོད།  
དེ་ཡིན་དེང་སྐབས་ས་ཁྲའི་ངོས་ན་བཤད་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཡོངས་སུ་མི་གོ་ཐེབས་མེད་དོ། ། འདི་ནི་དུས་  
འཁོར་ལུགས་ཀྱི་བཤད་ལུགས་དང་མཐུན་ལ། མངོན་པ་ལུགས་ཀྱི་བཤད་ལུགས་ཡིན་ན། སྤྲོད་མངའ་རིས་ན་  
ཡོད་པའི་མཆོམ་དྲོས་པའི་འགྲམ་ན་ཡོད་པའི་ཤིང་ལོ་པའི་སྤྲོད་པོ་སྒྲིག་ཡོད་པའི་ལྷ་རྒྱལ་གྱི་སྒྲིན་ནས་འཛམ་གླིང་ཞེས་  
པའི་མིང་ཐོགས་པ་ཡིན། དེས་ན་ད་ལྟའི་འཛམ་གླིང་ཅེས་པའི་ད་ལྟའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དོན་གཅིག་རེད་ཅེས་

ཤེས་རྒྱ་ནི་དེ་ཡིན་ནོ། །

ཡ་དེ་ཡིན་ན་ཡིག་སྟོན་དག་མོ་ཡང་དགོས་ཞེས་པ་དེ་དེ་ལོས་བདེན། ཡིག་སྟོན་དག་མོ་འདྲོན་ཤེས་པའི་རྗེས་  
 སུད་གཞོན་འབྲི་ཤེས་དགོས། ཡིག་འདྲོན་ཤེས་ནས་འབྲི་མ་ཤེས་ན་ཡན་ལག་མ་ཆང་བ་ཡིན། དེ་ནས་ཡིག་  
 དཀར་ནག་ཞེས་དེང་སང་རྒྱགས་ཆེ་བ་དེ་ཡིན། རྒྱགས་ཡིག་དང་སྒྲིང་ཡིག་འདི་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་བྱིས་  
 བྱང་བར་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་དང་པོ་དགོན་པ་ཆེ་ཆུང་གང་ཡིན་རུང་དཔེ་ཆ་སྟོན་དུས་སུ་ཤ་ར་མ་ར་བྱས་སྟོན་པ་  
 དང་། སྟོ་འདྲོན་ཐོགས་འདུག་ཅེ་ཡང་མེད། ཡིག་འབྲི་བྱ་བ་ཅུག་དུས། ད་འབྲི་ཤེས་རྒྱ་མ་རེད། ཡིག་ཐོ་  
 གང་ཅམ་ཡང་འབྲི་ཤེས་ནི་མ་རེད། དེ་དང་པོར་ཡིག་འབྲི་རྒྱུའི་ལུགས་སྟོན་ལ་དེ་མ་དར་བའི་སྟབས་རེད། དེ་མ་  
 དར་བའི་རྒྱུ་ཁྱིམ་དེ་མ་ཆང་བ་ཡིན་ནོ། ། ད་ལྟ་དང་སླ་བྱང་བ་ཀྱ་ཤེས་འབྲི་ལ་ཞེས་པ་ནི་ཡ་མདོའི་ཡུལ་དུ་མཆོན་སྟོན་  
 གྲགས་ཆེ་བའི་དགོན་པ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་རེད། ཅོད་པ་འདྲ་བྱས་ཆེ་བཀའ་པོད་ལྷ་པོ་ནི་ཅམ་པ་བཞི་བཞི་བྱེད་ན་འདྲ།  
 ཡིག་ཞིག་འབྲི་དགོས་ཆེ་འབྲི་ནི་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིག་རེ་འབྲི་དགོས་ཆེ་གཙོས་ལ་སོང་ནས་སྟོན་ལམ་རྒྱ་  
 མཆོག་དན་དྲངས་ཡོང་དགོས་པ་ལྟ་བུའོ། ། དེ་ལྟ་བུའི་གནས་སྒྲུབ་ད་དུང་ཀྱང་ཡོད། དེ་ནི་བཀའ་པོད་ལྷ་པོའི་  
 ཡོན་ཏན་དང་ཡིག་གཉིས་སོ་སོར་བཏང་བའི་རྒྱུ་རེད། དེ་འདྲ་བྱེད་མི་ཉན། ཡིག་སྟོན་སྟོབ་དུས་ནས་ཡིག་  
 འབྲི་རྒྱུ་འང་ཡོང་དགོས་པ་འདི་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད། དེ་མིན་ཚུགས་གཅིག་གི་ཡོན་ཏན་ཡོད་ཀྱང་ཚུགས་གཅིག་གི་  
 ཡོན་ཏན་མེད་པ་ཡིན་པས་མི་ལགས། ཆུང་དུས་ནས་འབྲི་སྟོན་ལ་མ་སྦྱར་ན་ལོན་བགྲེས་དུས་གང་ནས་བྱུ་  
 ཟུབ་ཀྱི་མ་རེད། དེ་ན་འང་ཡིག་འབྲི་དུས་ཐོག་མར་ས་ཁྲའི་ཉེང་དུ་འབྲི་དགོས། ས་ཁྲའི་ཉེང་དུ་མ་བྲིས་པར་དེང་  
 ཐོག་ནས་ལྷགས་སྒྲུག་བཟུང་ནས་ཤོག་གུའི་ཉེང་དུ་བྲིས་དུས་པོད་ཡིག་གི་ཡིག་གཟུགས་ཡོང་བ་བསམ་མེད། དང་པོ་ས་  
 ཁྲའི་ཉེང་དུ་བྲིན་མའི་སྒྲུག་ཀྱའི་འབྲི་དགོས། ས་ཁྲའི་ཉེང་དུ་བྱང་སོང་ཆོད་གཞོན་ཤོག་གུའི་ཉེང་དུ་བྲིས། ཤོག་  
 གུའི་ཉེང་དུ་འབྲི་དུས་སྒྲུག་མའི་སྒྲུག་བཞོས་ནས་བྲིས་ན་ཆོག འདིའི་ལུགས་སྟོན་འདི་གནའ་དང་པོ་ནས་དར་ནས་  
 འོང་བ་ཡིན་པས་དེ་གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་བསྐྱར་བྱུ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། གནའ་དང་པོ་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པ་སྟེ་  
 བྲང་གཉིས་པ་ཀྱན་མཁྱེན་འཇིགས་མེད་དབང་པོ་ལྟ་སར་ཐེབས་ནས་བྲིས་རྒྱུ་དེ་སྒྲངས་ནས་མར་སླ་བྱང་དུ་ཡོང་ནས་  
 སྟོབ་པ་ན་མས་ལ་བསྐྱབ་ནི་རེད། དེའི་སྟོབ་མ་འབྲི་མཁན་མང་པོ་བྱུང་ནི་རེད། དེའི་ནང་ནས་འང་སླ་བྱང་རྗེ་བ་  
 ཆང་གི་དུང་ཡིག་ལ་ཁྱ་བྱུ་བ་ལྟན་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་པ་དེའི་ཕྱག་བྲིས་ལག་པ་དཔེ་མེད་པ་ཡིན། དེ་གཅིག་ནས་ལག་པ་  
 དང་། གཉིས་ནས་མཁྱེགས་པ་བཅས་ཡིན་དེས་བྲིས་པའི་དཔེ་ཆ་དེང་སང་ཡང་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད། དེས་བྲིས་པ་དེར་  
 ངས་ངོས་འཛིན་བྱེད་བྱུ་བ་པ་ཡིན། ད་ལྟ་ཡིན་ན་མི་རབས་གསུམ་ཙམ་འདས་སོང་བ་ཡིན། དེ་ཡིན་ན་ང་ཡང་  
 བྲིས་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། བྲིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རང་རང་ལ་མཆོན་ན་སྟོན་མེས་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་རེད། དང་པོ་  
 རང་གི་སླ་མ་རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་མདུན་ནས་ཡིག་དཀར་ཡིན་ན་འདྲ། ཡིག་ནག་ཡིན་ན་འདྲ་ཁོང་གི་མདུན་ནས་བསྐྱབས་  
 ནི་རེད། ཁོང་གི་གང་ནས་བསྐྱབ་ནི་རེད་ཅེ་ན། གཅང་དགེ་བ་ཤེས་ཆང་ཞེས་ཞོ་འཕོང་ཤེས་དགོན་རི་ཁྲོད་ཞེས་པ་  
 དེ་ན་བཞུགས་པའི་གཅང་དགེ་བ་ཤེས་ཆང་གི་མདུན་ནས་བསྐྱབ་ནི་རེད། དེའི་དུས་སུ་གཅང་དགེ་བ་ཤེས་ཆང་གི་  
 ཕྱག་བྲིས་རེབ་གོང་ཚུགས་འདི་ན་མིང་གྲགས་ཅན་ཞིག་རེད། བྲིས་རྒྱུ་གི་ཚུགས་ནས་སོང་ན་གལ་ཆེ་བས་བཤད་ནི་  
 ཡིན། དེ་ཡིན་ན་འབྲི་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་གམ་ཞེས་ན་འབྲི་ཤེས་ཙམ་གྱིས་ཆོག་ནི་མ་རེད། ཡིག་གང་དང་གང་

ངམ་ཚུ་མ་ཡིག་གང་དང་གང་ཡིན་ཏེ་དག་ཆ་དགོས་པ་རེད། དག་ཆ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་དག་ཡིག་སྒྲིག་སྒྲུབ་བྱེད་དགོས་པ་རེད། དག་ཡིག་དང་མཐུན་པའི་དག་ཆ་ཡོང་གུ་ནི་དཔེར་ན་དཀར་ཡོལ་ཐུང་མ་ལ་སྐྱེས་པའི་ཅལ་གཡོ་བྱེད་དང་མགོ་ནས་རྒྱུ་ལ་ཐུག་པའི་བར་དུ་གཟུགས་ཁམས་སྒྲིམ་ཆེད་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གུ་ནི་ཉན་གྱི་ཚྭ་གསལ་རྒྱུ་ལ་གཟུགས་ཅི་འདྲ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཡིག་དེ་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཡིག་ཤེས་པར་མི་ཆད་དེ་དག་ལ་དག་ཆ་ཡོད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་བཞིན་རྟེན་པ་དང་གཡོ་བ་ཡིན་ནའང་འདྲ་སྟེ་དང་བཅུད་ཞེས་པའང་འདྲ། ཁམས་གསུམ་ན་ཡོད་དོ་ཅག་ཐམས་ཅད་གྱི་མིང་ཤེས་དགོས་པ་དང་མིང་དེ་ལ་རང་རང་གི་ཡིག་དེའང་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཐོག་ཏུ་ཡོད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། ། དག་ཆ་ཡོད་དགོས་ཞེས་དཔེ་ཆ་ཤོག་ཤོག་བྱས་ནས་བཅའ་དགོས་ན་འོ་བརྒྱལ་ཆེ་བའི་རང་གི་ཤོག་གུ་དམར་པོའི་ངོས་ན་ཡོད་པའི་དག་ཡིག་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་དགོས། ། དག་ཡིག་གི་ཆ་བ་ལ་སྟོན་ཆད་མིང་གསལ་ཅན་གསུམ་ཡོད། གཅིག་གི་མཆན་ལ་དག་ཡིག་སྒྲིག་བའི་རྒྱ་བེར་བ་དང་། གཅིག་གི་མཆན་ལ་དག་ཡིག་བྲམ་མཉམས་ཟེར། གཅིག་གི་མཆན་ལ་དག་ཡིག་ལ་སྒྲིག་ཟེར། དེ་གསུམ་ནི་སྟོན་ཆད་གྱི་མཆན་སྟོན་གསལ་ཅན་གསུམ་ཡིན་མོད། དེའི་རྗེས་སུ་མཁས་པ་རྣམས་པུ་ཆོས་སྒྲུབ་ཆེན་གྱི་རྒྱ་བཀའ་ལོང་བ་འདྲ་བ་ཞིག་བཅུ་མ་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དག་ཡིག་གི་ནང་དུ་རང་ལྷགས་ཡོད་པའི་དག་ཡིག་ཞིག་འདྲིན་དགོས་ནི་རེད། དག་ཡིག་ཡིན་ཡིན་པོ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བྱུང་ཆེ་རང་ཉིད་པམ་འགྲོ་གྲྭ་ཡོད་པ་རེད། ཏུས་བྱིས་སུ་གསལ་ཆེ་བའི་དག་ཡིག་ལ་སྒྲིག་རེད། དེ་གཞིར་བྱས་ནས་དག་ཡིག་གི་བར་མཛོད་ཞིག་དགོས་པ་རེད། ཁ་སང་སེང་གི་གཤོང་ལ་མགོ་ཆང་གི་དག་ཆ་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་གི་ང་ལ་འདྲི་འདྲ་བའི་དྲི་བ་ཞིག་བྱེད་གི དག་ཡིག་མཁས་པ་དག་འཁྱེད་གྱི་ནང་ན་མིང་ཆོག་ལ་ལ་བྱ་ཆོག་གི་དབང་གིས་བཏང་། ལ་ལ་བྱེད་ཆོག་གི་དབང་གི་བཏང་ལ་ལ་བྱས་ཆོག་གི་དབང་གིས་བཏང་། ལ་ལ་སྒྲུལ་ཆོག་གི་དབང་གིས་བཏང་བ་དང་། དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཅི་ཡིན་ཞེས་དྲིས་ཐལ། དེ་ལོས་ཡིན་དེ་བོད་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་རིགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ནང་དུ་ཡོད་ནི་རེད། བོད་རང་གི་སྐད་རིགས་དང་མཐུན་པའི་སྟོན་པ་ལ་བྱ་ཆོག་གི་དབང་གིས་བཏང་གསལ་པ་དང་། ལ་ལ་བྱེད་ཆོག་གི་དབང་གིས་བཏང་གསལ་པ་ཡོད་པ་རེད་ཞེས་ལན་བཏང་སྟེ། དེའི་རྗེས་སུ་ངས་ཁོའི་ལ་སྒྲུལ་ཆོག་གི་སྟོན་པ་བཏང་གསལ་པ་གང་ཡིན་ཞེས་དྲིས་པ་ན་ཁོས་ཕྱི་མཛུབ་སྒྲུལ་ཆོག་གི་སྟོན་པ་མིང་བཏང་གསལ་ནི་མ་རེད། དེ་དག་ཡིག་གི་ནང་ན་བཞིག་བྱ། ཞིག་བྱེད། བཞིག་སྟེན། ཞིག་སྟེན། དེའི་ནང་གི་ཞིག་བྱེད་ལ་ཡང་འཇུག་བཞག་ཀྱང་ཆོག་པ་རེད། དེ་ངས་ད་དུང་འདྲི་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན། ང་ཆོའི་ཐུག་རྒྱུ་དབང་དུ་བཏང་ན་ཞིག་སྟེན་མཛུབ་ཅེས་པ་རྟོག་ལ་གཟུར་བའི་ཐུག་རྒྱ་དང་། ཞིག་མཛུབ་ཞེས་པ་མཐའ་མེད་པའི་ཞིག་མཛུབ་ལྟེ་ཞིག་པ་རྩ་ཅེས་པ་རྩ་ཅོད་བྱིབས་མཚུངས་པའི་ཆ་ནས་བཏང་གསལ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལ་ངས་འདྲང་ཞིག་བརྒྱབ་ན་བཞིག་བྱ། ཞིག་སྟེན། བཞིག་སྟེན། བཞིག་སྟེན། ཞིག་སྟེན། ཞིག་སྟེན། དེའི་ནང་གི་ཞིག་བྱེད་ལ་ཡང་འཇུག་བཞག་ཀྱང་ཆོག་པ་རེད། དེ་ལས་ཆོག་གི་སྟོན་པ་བཏང་གསལ་པ་མ་གཏོགས་སྒྲུལ་ཆོག་གི་སྟོན་པ་བཏང་གསལ་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། དག་ཡིག་མཁས་པ་དག་འཁྱེད་དེ་ཁོངས་དག་མིན་མི་ཤེས། ངས་ད་དུང་ཁོའི་ལ་འདྲས་ཆོག་གི་སྟོན་པ་བཏང་གསལ་ནོ་ཡོད་པ་ཡིན་དཔེར་ན། མི་ཡི་མིང་ལ། སངས་རྒྱུས་སྒྲིབ་པ་ཞེས་པ་དང་། ཆོས་སྒྲིབ་པ་ཞེས། འོད་སྒྲུང་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་སྟོན་འཇུག་པ་ཡོད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་མིང་དུ་འདྲོགས་སྒྲིབ་པ་འདྲས་ཆོག་གི་སྟོན་པ་བཏང་གསལ་པར་མཛོད་པ་ཡིན། དེ་འབྲི་དུས་བསྐྱུས་བཏང་བ་མ་གཏོགས་



ཡིན་ཆུ་ནི་འདས་ཆོག་གི་སྒོ་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། དེས་ན་ཡི་གེ་འབྲིའང་ཤེས་ཡི་གེ་དག་ཆའང་ཡོད་པ་མ་  
གཏོགས་གཞན་དུང་ཡི་གེ་བསྐྱར་ཚུལ། ཞེས་བྱེད་ཚུལ། རང་གི་གནས་ཚུལ་བཤད་ཚུལ་གྱི་སྒྲོར་ལ་སྤྱང་བ་བྱེད་  
དགོས། རས་བཟུས་ན་དེང་སང་ཡི་གེ་བསྐྱར་ཚུལ་གྱི་སྒྲོར་འདི་ལ་བྱང་ཆ་རེ་ཐོབ་བྱུང་བྱེད་སྟེ། ཡིག་བསྐྱར་  
ནམ་བཞག་སོགས་ཁྲིད་དེ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་སོགས་བཟུས་དེ་ལ་དཔེར་བཞིན་མང་པོ་བཞག་ནས་སྤྱང་བ་ཙམ་  
གྱིས་ཆོག་ས་བཅད་མ་གཏོགས་ཆོག་ལྷག་ལ་བྱང་མི་བྱུང་དེས་ཀྱིན་གྱིས་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་བཞག་སོགས་ཆོག་ལྷག་གི་སྒྲོར་  
ལ་སྤྱང་བ་མ་བྱས་སྟབས་དེང་སང་ཡིག་སྐྱར་གྱི་ཆ་ནས་ཡོན་ཏན་ཅུང་དམའ་བར་སྟེ། ཡིག་སྐྱར་གྱི་སྒྲོར་འདི་ལ་  
དབུས་གཙང་བོད་པ་ཆོའི་འབྲི་ལུགས་འདི་རྒྱལ་དབང་སྤྱེད་བཅུ་གསུམ་པ་ཆང་གི་དུས་སྤྱད་ག་ཤེས་བྱས་པ་ཉེ་ཆོག་  
སྤྱད་ཏེ་ཅང་མང་པོའི་འབྲི་སྟེ་ཅིག་རེད། སྐར་ཡིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆོག་སྤྱད་ཏེ་ཅང་མང་ན་ཡག་པོ་ཞིག་རེད། དང་  
པོར་འབྲི་དུས་འང་སྟན་ཆ་ཐོབ་དགོས་པ་དང་ཆོག་ཚོ་བཟེད་པ་ཤོང་ཆོག་སྤངས་པ་བཅས་དགོས། དེ་ལྷག་ཙམ་ཡང་  
དག་པ་ཞིག་ཤེས་སང་ན་མཁས་པའི་བྱ་བ་ནམ་གསུམ་སྟེ་འཆད་ཚིན་ཚིན་གསུམ་ཞེས་པའི་ནང་གི་ཚིན་ལ་མཁས་པར་  
ལྷུང་བ་ཡིན་པས་དེའི་ཐད་ལ་འབད་བ་བྱེད་རྒྱལ་ལ་ཆེའོ།

དེའི་འཕྲོ་བོད་ཀྱི་ལྷང་སྟོན་པའི་རིག་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། བར་སྤྱད་པའི་རིག་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་ནི་ཐོབ་  
ཐང་ནས་བཟུང་སྟེ་སྟུམ་ཉག་ས་དག་གསུམ་ལ་སྤྱང་བ་བྱེད་དགོས་སོ། ། ཐོབ་ཐང་ནས་བཟུང་ཏེ་བསྐྱབས་དགོས་  
དོན་ནི། བར་སྤྱད་པའི་བསྟན་བཅོས་ལ་ཐོག་མར་ཐོབ་ཐང་ཁྲིད་དགོས་པ་བཟུས་པ་ཙམ་གྱིས་ཐོབ་ཐང་ནི་ཆོག་སྤྱད་  
འགའ་ཙམ་ལས་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་དེའི་ནང་དུ་ཤེས་རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་དོ། ། དེའི་ནང་དུ་ཅི་ཞིག་ཤེས་རྒྱ་ཡོད་ཅེ་  
ན་སྟུམ་ཉག་ས་ཀྱི་སྒྲིང་བོ་ནང་དུ་བསྟུས་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། ། ལྷག་པར་དུ་སྟུམ་ཅུ་བའི་དོན་ཆ་ཆང་བ་བསྟུས་ཡོད་པ་  
ཡིན་ནོ། ། དེའི་སྟབས་ཀྱིས་ཐོབ་ཐང་ལ་གལ་ཆུང་མ་བྱས་པར་ཐོབ་ཐང་བཟང་པོ་ཞིག་ཁྲིད་རྒྱ་གལ་ཆེ། རྒྱེ་བྱ་  
དབང་བོ་རྣོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཐོབ་ཐང་བཟང་པོ་ཞིག་ཁྲིད་དུས་སྟུམ་ཅུ་བའི་དོན་དེའི་ནང་དུ་འདུས་པའི་ཁྱེན་གྱིས་སྟུམ་  
ཅུ་བའི་གོ་བ་ལོན་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ཡང་སྤྱོད་དེ་ནང་དག་གི་ཆན་གྱི་ཆུ་ཆད་དང་ཁྲིད་ཐབས་ལ་འང་རག་ལས་ཡོད་པ་  
ཡིན་ནོ། ། དཔེ་ཁྲིད་གང་ཞིག་ཡིན་ཏུང་དཔེར་བཞིན་དང་སྐྱར་ནས་བཤད་པ་ནི་གལ་ཆེ་སྟེ་དཔེར་བཞིན་འཛོགས་པ་  
ནི་སྤྱོད་མ་ནམས་ཀྱིས་གོ་བ་ལོན་པ་དང་སྤྱོད་མ་ནམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡར་བསྐྱེད་ཡོང་བའི་ཐབས་དམ་པའོ། ། དཔེར་  
བཞིན་ཡིན་ན་ཆོག་ས་བཅད་དང་ཆོག་ལྷག་གང་ཅུང་གི་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་པ་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས་སོ། ། སྟུམ་ཉག་ས་ལྷ་བྱ་  
ཡིན་ན་ཆོག་ལྷག་གི་སྒོ་ནས་དཔེར་བཞིན་འཛོགས་རྒྱ་དང་། སྟན་རག་ལྷ་བྱ་ཡིན་ན་ཆོག་ས་བཅད་མང་བའི་ཆོག་ས་  
བཅད་ཀྱི་སྒོ་ནས་དཔེར་བཞིན་འཛོགས་དགོས། རིམ་བཞིན་སྟུམ་ཅུ་བ་བསྐྱབ། དེ་ནས་ཉག་ས་འཇུག་ཁྲིད་དུས་སྟུ་  
བོད་རང་གི་རྒྱན་དུ་སྦྱོད་པའི་སྤྱད་རིགས་དང་སྐྱར་ནས་ཁྲིད་རྒྱ་གལ་ཆེ། ལྷག་པར་དུ་བྱ་ཆོག་དང་བྱེད་ཆོག་འདས་  
ཆོག་སྤྱུལ་ཆོག་སོགས་སྤྱད་རིགས་དང་སྐྱར་ནས་ཁྲིད་ན་དག་ཐོན་གོ་བ་ལོན་རྒྱའི་ཐད་ལ་གཞན་དང་མི་མཚུངས་པའི་  
དགོས་པ་དང་ཁྱད་ཆོས་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱང་བ་བྱས་ན་བསྐྱབ་གཞིའི་གནས་དེ་ལ་མཁས་པར་  
འལྷུང་བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལ་སྤྱང་བར་ལྷུང་བའི་རྗེས་སྤྱད་དུང་དེང་སང་དུན་ཉོང་གི་བྲག་ཕུག་ནས་བྱང་བའི་ཡི་གེ་  
མང་པོ་དེ་ལ་འང་དབྱད་པ་གཏོང་དགོས། དེ་མ་མཐོང་བའི་རྒྱལ་གྱིས་ཡལ་བར་དོར་མི་རུང་བ་སྟེ་ཡིན་གཅིག་མིན་  
གཉིས་ཀྱིས་དེ་ལ་དབྱད་པ་གཏོང་དགོས། དཔེར་ན། དེའི་ནང་དུ་གཅིག་ཞེས་པའི་མིང་ཆོག་དེ་གཞིག་ཞེས་པ་སྟེ་

གསྟོན་འཇུག་དང་ཆ་མིང་གཞི་དང་གཞུང་འཇུག་དང་མགོ་གི་གྲུ་ཡོད་པ་དང་སང་འདྲོན་ཡང་མི་ཤེས་མོད་དེའི་ནང་  
དུ་གཅིག་གི་ཐ་སྐད་ཡོད་ཆད་ལ་གཞིག་ཡིན་པའི་དགོས་པ་ཅི་ཡིན། དེ་ད་ལྟའི་རྟགས་འཇུག་གི་དགོས་པ་དང་མི་  
མཐུན་པའི་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ་ཞེས་དཔྱད་པ་གཏོང་དགོས་པ་ལས་གཞན་ད་དུང་དེའི་ནང་དུ་ལ་སྟགས་པ་ཞེས་པ་ལ་  
ལ་སྟགས་ཞེས་མང་པོ་ཡོད། དེའི་འབྲི་ཆུ་ལ་ནི་པ་སྟེ་དགོ་བཤེས་རིན་པོ་ཆའི་སྐུ་མ་ཅུ་བའི་ནང་བཟོད་པ་དང་མཐུན་  
པར་མ་ཟད་སྟོབ་དཔོན་ཐོན་མིས་ཀྱང་ལས་སྐྱ་སྐྱད་པ་ལ་འཇུག་པ་དངོས་སྐྱ་སྐྱད་ཡོད་པ་དང་ཡང་ཏ་ཅང་མཐུན་པར་  
སྤང་བས་སྤང་མེད་དུ་འཛོག་མི་རུང་ངོ་། ། དེ་ཐམས་ཅད་སྟོན་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་པ་དང་དུན་རྟོང་གི་ཡིག་ཆ་དེའི་སྟོན་ནི།  
མངའ་བདག་ཁྱི་ར་ལ་བ་ཅན་གྱི་དུས་སྐབས་པ་ཡིན་ནམ་སྐུ་མ་པའི་བསམ་སྟོན་གཏོང་རྒྱ་ཡོད། ། གང་ལྟར་ཀྱང་སྐུ་མ་  
བ་དང་རྟགས་འཇུག་གི་གཞུང་མི་མཐུན་སྟོན་པའི་སྐབས་ཀྱིས་བསམ་སྟོན་གཏོང་རྒྱ་ནི་དེའི་དུས་སྐབས་དེར་དེར་  
དུས་སྟོན་བཞིན་ཡོད་པའི་སྐུ་མ་རྟགས་འདི་དར་བྱ་བ་ཆེ་བའི་སྐབས་ཀྱིས་ཡིན་ནམ་སྐུ་མ་པའི་དོགས་པ་རེ་སྐྱེས་པ་ཡིན་  
ནོ། ། གང་ལྟར་ཀྱང་དུན་རྟོང་གི་ཡིག་ཆ་དེ་སྐུ་མ་རྟགས་དང་ཅུང་ཟད་མི་མཐུན་པ་ཡོད་པ་འདི་མཐོང་བའི་སྐབས་  
ཀྱིས་རྒྱ་མི་ཆོའི་ནང་ནས་སྐུ་མ་རྟགས་འདི་སྟོབ་དཔོན་ཐོན་མིའི་གསུང་མ་རེད་ཟེར་བ་འཇུག། ཡང་ན་སྟོབ་དཔོན་ཐོན་  
མིའི་གསུང་ཡིན་ནམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་བཤད་ཆུ་ལ་འདྲ་མིན་དང་དོགས་པ་སྐྱེས་པ་འང་སྟིང་མེད་ཡིན་ཡང་ང་ཆོར་དེ་འདྲ་  
བའི་དོགས་པ་ཞིག་གང་ལ་ཡོད། ཡོད་སྟིང་གྱི་མ་རེད། སྐུ་མ་རྟགས་ནི་སྟོབ་དཔོན་ཐོན་མིས་མཛད་པ་མིན་པ་ག་  
ལ་སྟིང། དེའི་མི་ཆོད་ཀྱང་དུ་བཟང་པོའི་བསྟན་བཅོས་བརྒྱད་ལ་སྟགས་པ་མཛད་པ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་  
སྤང་དར་མའི་བསྟན་པ་བསྐྱབས་པའི་དུས་སྐབས་འདི་གསང་ཞེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་གནའ་དང་བོན་སྐུ་མ་ཉམས་པར་ད་ལྟའི་  
བར་དུ་གནས་པ་ཡིན་ཞེས་པ་འདི་ལས་བར་འདྲོན་མི་རུང་ངོ་། ། འོན་ཀྱང་གཞན་དང་གཞན་གྱིས་ཅད་བཅད་ན་ཅི་  
ཟེར། སྟོབ་དཔོན་ཐོན་མིའི་བཅམས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ཞེས་ཅོད་པ་བྱུང་ན་དེ་ལ་ལན་ཅི་ལྟར་འདེབས་པར་བསམ་  
སྟོན་གཏོང་དགོས་སོ། ། ཡ་དེའི་འཕྲོན་སྐད་ཆ་བཤད་པ་དང་ཅོམ་ཡིག་འབྲི་བ་ཡང་ན་དགོ་ཆན་ཆོས་དཔེ་བྲིད་བྱེད་  
རྒྱ་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེའི་སྐབས་སྐད་དུ་གསུངས་ཅད་ལ་ཆོག་པ་ལྟེ་འགལ་མེད་སྟགས་ཞིབ་ཆ་ཐོན་དགོས་པ་རེད།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཆོག་པ་ལྟེ་གཉིས་ལ་འགལ་བ་བྱུང་ཆོམ་གྱི་མ་དེས་ཆོག་པ་མེད་པོ་ཆོད་བྱེད་སྟོང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་  
དེའི་ཆོད་དུ་ཆད་མའི་རིགས་པ་ལ་སྤང་བ་ཅོན་བྱེད་དགོས་ངེས་རེད། ཆད་མ་ཞེས་པ་ནི་ཡང་དག་པ་ཞེས་པའི་དོན་  
ཡིན་ན་ཆད་མ་དེ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཤེས་འདོད་ན་དེའི་སྟོན་འགྲོ་ལ་བསྐྱས་ཀྱི་འགྲོ་ལྟགས་དེ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་ཀྱིས་  
ཤེས་དགོས་སོ། ། དེ་ཤེས་སང་ན་ད་གཞོན་གོང་བཤད་གྱི་ཆོག་དེ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཆ་ལ་འགལ་བ་མི་འབྱུང་བ་འཇམ་ཆོག་  
གསོན་ཉམས་དང་ལྡན་པ་སྟགས་གྱི་ཆ་ལ་མན་ལྷག་ཆོན་པོ་ཡོད། དཔེར་ན་ཤེས་བྱ་ལ་ཡིན་ན་ཡིན་པ་སྟིང་པའི་  
ཤེས་བྱ་དང་། ཡིན་པ་མི་སྟིང་པའི་ཤེས་བྱ་གཉིས་ཡོད། ཡིན་པ་སྟིང་པའི་ཤེས་བྱ་ནི་དཔེར་ན་བྱམ་པ་ལྟ་བུ།  
ཡིན་པ་མི་སྟིང་པའི་ཤེས་བྱ་ནི་དཔེར་ན་མདུན་ཅག་དང་བྱམ་པ་གཉིས་ཀ་ལྟ་བུའི་བྱང་པར་ཞིག་ཤེས་རྒྱ་ཡོད། ཡིན་  
པ་མི་སྟིང་པའི་ཤེས་བྱ་ཡིན་ན་ཀ་བ་དང་བྱམ་པ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་བཞག་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡིན་པ་མི་སྟིང་པའི་དབང་དུ་  
བཅང་ན་རྟ་སྤང་གཉིས་དང་སྟོ་སེར་གཉིས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། ། དེ་ནི་རྟ་དང་བ་སྤང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ནི་མི་སྟིང་པ་  
དང་། སྟོན་པོ་དང་སེར་པོ་གཉིས་ཡིན་པ་ཀ་བ་དང་བྱམ་པ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཞིག་མི་སྟིང་པའི་དོན་ནོ། ། འདི་ལྟ་  
བུ་ནི་ཡིན་པ་མི་སྟིང་པའི་ཤེས་བྱའོ། ། དེས་ན་ཆད་མ་རིག་པ་ཤེས་པ་ཞིག་གིས་རྟ་སྤང་གཉིས་ཆོས་ཅན། རྟ་སྤང་

གཉིས་ཡིན་པར་ཐལ་ཞེས་ཉགས་གསལ་ཞིག་བཏང་ན། ཅི་བཤད། དེ་ལ་འདྲོད་ཞེས་པའི་འདྲོད་ལན་བཏབས་  
 པན་ཏྲ་སྒྲུང་གཉིས་ཡིན་པར་འདྲོད་ཟེར་རམ་ཏྲ་སྒྲུང་གཉིས་ཏྲ་སྒྲུང་གཉིས་ཡིན་པར་འདྲོད་ཟེར་རམ་ལན་ཅི་གདབ།  
 ཡང་ན་ཏྲ་སྒྲུང་གཉིས་མིན་ཞེས་ལན་འདེབས་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིན། ཏྲ་སྒྲུང་གཉིས་ཡིན་པར་ཐལ། ཏྲ་སྒྲུང་སྐོས་སྐོས་བཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ན་ལན་ཅི་ཉྱར་གདབ། དེ་བདེན་པ་ཡིན་མོད་ཏྲ་སྒྲུང་གཉིས་སྐོས་སྐོས་བཡིན་པ་དང་། དེ་  
 གཉིས་སྐོས་སྐོས་བཡིན་ན་དེ་གཉིས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཚོད་གཞི་རྒྱུད་མི་རྒྱུད་ལ་ཁས་ལེན་གྱི་བྱུང་པར་ཆེད། ། དེ་  
 ཡང་ཏྲ་སྒྲུང་གཉིས་ཆོས་ཅན་ཁྱོད་ཁྱོད་དང་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་གཞི་བྱུང་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ན་ལན་ཅི་ཉྱར་  
 གདབ། འདྲོད་ཟེར་རྒྱ་ཡིན་ནམ། འདྲོད་ཟེར་ན། ཏྲ་སྒྲུང་གཉིས་ཆོས་ཅན་ཏྲ་སྒྲུང་གཉིས་ཡིན་པར་ཐལ་ཞེས་  
 བ། དེ་ལ་འདྲོད་ཟེར་ན་ཏྲ་སྒྲུང་གཉིས་དང་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ཏྲ་སྒྲུང་ཏྲ་སྒྲུང་དང་། གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཞེས་ན་ཅི་ཟེར། འདི་ལྟ་བུ་ལ་ཏ་ཅང་ཞིབ་ཆ་ཐོན་དགོས་པ་རེད། འདི་ལྟ་བུའི་ཞིབ་ཆ་ཐོན་དགོས་ན་བསྐྱུས་ལྷན་  
 བྱང་བར་སྐྱུང་དགོས་སོ། ། བསྐྱུས་ལྷན་སྐྱུང་བ་རེ་ཕྱེད་རྒྱུ་ཆེད་དུ་བྱུང་བ་མི་རིགས་སྒྲོབ་ལྷན་པ་ཡོངས་འཛིན་  
 བསྐྱུས་ལྷན་དཔར་དུ་བཀོད་ཡོད། དེས་ད་ཆོད་སྒྲོབ་ལྷན་ཆོར་ཕན་རེ་ཐོགས་ཀྱིན་ཡོད་དམ་མེད། དེའི་མི་ཆོད་ཀྱི་  
 ལག་ཀ་ཀ་རིང་དཔེ་མཛོད་ནས་ཐོན་པའི་སྒྲིག་ཆར་ར་བ་ཆར་གྱི་བསྐྱུས་ལྷན་འདྲོད་འཛིན་བཅོམ་ཞེས་པ་ཡོད་དེ་དེར་སང་  
 ལན་ལྷན་དཔར་དུ་བཀོད་ཅིས་ཕྱེད་བཞིན་ཡོད། དཔེ་ཆ་དེ་བདག་གི་སྒྲ་མ་རྩོམ་ཆོས་ཆོས་ཀྱི་བྱུགས་ལ་ཏ་ཅང་  
 འབབས་པ་ཡིན། ཡང་ཆོད་མའི་རིག་པ་འདི་ཕན་པ་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། ང་ཆོད་རྒྱན་དུ་བཤད་བཞིན་པའི་སྐད་ཆའི་  
 བར་ན་འདྲ་འདྲ་ལ་གཅིག་རེད་ཟེར་བ་དེ་བསྐྱུས་ལྷན་བཅོས་ཉན་ན་ཞིབ་ཆ་མཐོང་བའི་སྐད་ཆ་ཞིག་རེད། དེ་དཔེར་  
 བ། ཤར་གྱི་བྱམ་པ་དང་། ལུབ་གྱི་བྱམ་པ་གཉིས་སྐད་ཆའི་སྐད་སྒྲིག་གཅིག་གཅིག་ཟེར། དེ་གཉིས་གཅིག་གལ་  
 ཡིན་དེ་གཉིས་སྐོས་སྐོས་བཡིན་པ་དང་ཐ་དད་པ་ཡིན་ནོ། ། བསྐྱུས་ལྷན་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོད་དེ་གཉིས་གཅིག་རེད་གལ་  
 ཟེར་དེ་འདྲ་འདྲ་རེད། དེ་གཉིས་ཡན་མ་ན་རེད་ཟེར་བ་ལས་གཅིག་རེད་མི་ཟེར། དེ་གཉིས་གཅིག་རེད་ཟེར་བ་  
 བྱི་ཞིབ་ཆ་མཐོངས་བའི་སྐད་ཆ་འགལ་བ་ཅན་ཡིན་པས་ཉམས་རེ་འཛོག་དགོས། ཅིས་རིག་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་  
 ཅིས་རིག་པ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་བོད་ལ་རྒྱ་ནག་ནས་ཀོང་ཨོ་ལུ་གཉིས་མེབས་པ་ཡིན། ཀོང་ཨོ་ལུ་ཕྱི་  
 འདི་གཉིས་ཀྱི་དུས་སུ་བོད་ལ་ཅིས་དར་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་མོད་དེ་གཉིས་ཀྱི་དུས་སུ་དར་བ་ནི་རྒྱ་ནག་གི་ནག་  
 ཅིས་ཡིན་པ་ལས་ས་རིས་ཀྱི་འདི་མ་ཡིན་ནོ། ། འབྲི་སྐད་སྐད་ལ། འབྲི་སྐད་མཁུན་པ་རང་གི་གཡས་བསྐྱར་  
 བཀོད་མཁུན་པ་གཡོན་ནས་བཅམས་ཞེས་པ་ནི་དུས་འཁོར་དར་བ་ནས་བཟུང་ཉེ་དར་བའི་ཚོམ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་  
 དུས་འཁོར་གྱི་རང་ལུགས་ཤིག་རེད། ལྷག་པར་དུ་རབ་བྱུང་དང་པོའི་མགོ་ཚུགས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཅིས་ཀྱི་རིག་པ་  
 འདི་ཆོད་དར་ཆོད་དར་དུ་སོང་ནས་ད་ལྱི་བར་དུ་ཐོན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཅིས་རིག་པ་འདི་དར་བ་ནས་བཟུང་གཟུང་  
 དང་སྐར་མའི་འགྲོ་ཚུལ་ཉི་ཁྲ་གཟུང་འཛིན་གྱི་སྐར་སྐོས་སྐོས་དར། བོད་དུ་སྐར་ཅིས་ཀྱི་རིག་པ་དང་གྲངས་རིག་པ་  
 གཉིས་སྐོས་སྐོས་དཔེ་རྒྱ་མེད་གི་སྐར་ཅིས་ཞིག་བཅི་རྒྱ་ཡིན་གྲངས་ཡང་མཐོང་ཐབས་མེད་ཡིན། རྒྱ་ཅིས་ཡིན་ན་  
 གྲངས་ཅིས་དང་སྐར་ཅིས་གཉིས་སྐོས་སྐོས་བཅི་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། བོད་དུ་ད་སྐད་ལ་དུ་དེ་གཉིས་སྐོས་སྐོས་བཅི་རྒྱ་མ་བྱུང་  
 རོ། ། སྐར་ཅིས་དང་གྲངས་ཅིས་གཉིས་བསྐྱེད་ཡོད། ད་སྐབས་སུ་ཆོས་ལ་བོད་ལུགས་ཀྱི་ཅིས་རིག་པ་འདི་བྲིད་  
 པ་ཏ་ཅང་ཉུང་། ཀན་རྟེན་གཅིས་སྒྲོབ་ལྷན་ན་ཅུང་ཟད་བྲིད་ཡོད། དེ་ཆ་ཆོད་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་

ལྟར་གྲང་བོད་རང་གི་ཕྱི་ས་རིག་པའི་ཐ་སྟོན་བྱང་བཞིག་ཤེས་རྒྱ་གཤམ་ཆེན་རེད། དཔེར་ན་རབ་བྱུང་གི་བར་ཆད་  
དོན་ཤེས་ནི་འདྲ་ཡིན་ཕྱིན་རབ་རྒྱལ་ཞེས་པ་རྒྱལ་ནི་བཅུ་དྲུག་གི་དོན་ས་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་གི་དོན་ཡིན། དེས་ན་  
རང་སྲོལ་ཆད་ནས་ཕྱི་ས་ལ་དགའ་བའི་དབང་གིས་ད་ལྟ་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་གི་མཚུགས་ཤིག་ནས་བཅུ་བདུན་གྱི་མགོ་  
ཚུགས་ལ་ཡོད་པས་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་གྱི་མི་གཞི་བཅུ་ལ་ན་མི་བརྟེན་གྱི་དེ་ཆོས་མང་མི་ཆོག་གི། དེས་དགེ་སྦྱོར་གྱི་  
རྒྱན་བཅུ་བདུན་ཅེས་པའི་རྒྱན་གྱི་ཆ་ནས་རབ་བྱུང་ཞེས་བཟག་ས་ཡོད་དེ་ལ་ལྟ་སྟངས་ཕྱི་ས་ཁང་ནས་དེ་ལ་དགོངས་ནས་  
མཁས་པ་ཆོས་རྒྱུན་པ་བྱས་ནས་ལ་ཡའི་དེ་མི་འགྲིག་གི་དེ་དྲུག་གི་མངོན་བརྟེན་དུ་འདྲ་འགྲོ་བས་དེ་སྒྲིམ་སྦྱོར་ཡོད་ཀྱི་  
ཞེས་སྟེན་ཕྱི་ས་ཁང་གི་བྱམས་པ་འཕྲིན་ལས་ནས་ང་ལ་ཡིག་ཡོང་པས་ངས་ཀྱང་དེ་ལ་བརྟག་དཔྱད་བཏང་ནས་དེ་ལ་  
སྦྱོར་མེད། སྟེན་ཕྱི་ས་ཁང་གི་བརྟན་པོ་སྐར་ཕྱི་ས་ཉིན་གྱི་དྲན་བཤམ་པས་དེའི་ནང་ནང་བསྒྲིམ་སྦྱོར་ཡོད་པ་  
སོགས་དུས་རྒྱུན་ཡིན་ན་བཞི་ལ་འདྲུག་ལ་དྲུག་ལ་འདྲུག་པས་སྦྱོར་མེད་ཅེས་ལན་བསྐྱར་བས་ཁོའི་ཆོའི་ཆར་མ་  
ཡང་བསྐྱར་ཡིད་མཐུན་བྱུང་ཡོད། ཕྱི་ས་ལ་སྦྱང་ཕྱིན་མངོན་བརྟེན་ལ་བྱང་བར་སྦྱང་དགོས། བྱང་ས་གནས་པས་  
ཆེར་ཞིག་མངོན་བརྟེན་གྱི་སྟེང་ནས་བརྟེན་ཡོད།

སྟེན་ངག་སྦྱོར་པའི་གཞུང་དང་ཆོག་རྒྱན་སྦྱོར་པའི་གཞུང་གཉིས་ཁ་ཁ་རེད། སྟེན་ངག་སྦྱོར་པའི་གཞུང་དང་  
ཆོག་རྒྱན་སྦྱོར་པའི་གཞུང་ཁ་ཁ་རེད། སྟེན་ངག་སྦྱོར་པའི་གཞུང་ནི་སྟེན་ངག་མེ་ལོང་ལྟ་བུ་རེད། ཆོག་རྒྱན་སྦྱོར་  
པའི་གཞུང་ནི་རྒྱལ་པོ་དགེ་དབང་གིས་བཅུ་མ་པའི་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལྟ་བུ། སྟེན་ངག་གི་ཆ་ནས་སྟེན་ལས་རྩེས་  
མ་རྩེས་མ་རྩེ་བཟང་ཡིན། རྩེ་ཡབ་སྐུས་དང་། ཁང་ཞུང་ཆོས་དབང་གཤམ་པ་རྒྱལ་དབང་ལ་པ་ལྟ་བུ་སོགས་ཐོག་  
མར་དེ་དག་གི་དཔེར་བརྟེན་གཞི་བྱས་ནས་དེའི་ལང་མོ་བྱས་ནས་སྦྱང་བ་དང་དེ་ནས་རང་ཚུགས་བྱུང་དགོས།

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དབང་དུ་བཏང་ན་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་དར་ཡོད་ས་ནས་སངས་རྒྱུས་འབྲུངས་པ་དང་དེ་ལྟར་ན་  
ལས་འདས་པའི་དུས་ནས་བཅི་སྟེན་ཡོད་མོད། དེའང་བཤད་ཚུལ་འདྲ་མིན་གཉིས་ཡོད། ང་ཆོ་ཡིན་ན་ལུག་  
ལུགས་ལ་བརྟེན་ཡོད། ལུག་ལུགས་ཡིན་ན་ད་ལྟའི་ཡན་དུ་ལོ་2865 འདས་ཡོད། ད་ལྟ་རྒྱུགས་ཆེ་བའི་གནས་  
བརྟན་ལུགས་ཀྱི་བཅི་ལུགས་འདི་གཤམ་ཆེ། དེ་སིང་ག་ལ་ནས་དར་བ་ཡིན། དེ་གཉིས་བར་དུ་ལོ་འགའི་ཁྱད་པར་  
ཡོད། སྟེན་པ་འདས་ནས་256 འདས་པའི་ཕྱིར་ལོ་དེ་ལ་སངས་རྒྱུས་པར་བཞེད། སྟེན་ལོ་སྟེན་གྱི་663 ལོར་ངེས།  
ལུག་ལུགས་བརྟེན་དགོས་དོན་ནི་ལུག་ལུགས་འདི་ཏ་ཅང་གཤམ་ཆེ་ནི་རེད། རྒྱ་མཚོ་ན་གསུམ་ཟེར་བ་སྟེ་ལུག་པ་  
ལྟན་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ། རྟོན་བཟང་རྒྱ་མཚོ། ཁང་ཞུང་ཆོས་གཤམ་རྒྱ་མཚོ། ས་རྒྱ་གསུམ་ཞེས་པའི་ལུག་ལུགས་ཀྱི་  
མགོ་འདི་ནས་བཟུང་། དེའི་ནང་ནས་ཡང་དབྱུས་གཅིང་སྟོ་ཁའི་སྟེན་ལས་འབྲུངས་པ་དང་། ཕྱི་ས་གཞུང་ནས་  
བཤད་ན་པོད་གཉིས་ཡོད། ཆོས་གཤམ་སྟོ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་དུས་འཁོར་གྱི་དོན་ཞིག་བཅུ་མས་ཡོད། དུས་འཁོར་  
གྱི་གཞུང་ཡིན་ཡང་ཕྱི་ས་གཞུང་དང་ངེས་པ་ཞིག་རེད། ཁོང་རྒྱལ་བ་དགེ་འདུན་གྲུབ་ཀྱི་སྟེན་མ་ཡིན་པ་དང་།  
རྒྱལ་བ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོའི་སྟེན་ཡིན། དུས་འཁོར་ཁས་ལེན་ནི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ལུག་ལུགས་འདི་གཅི་ཆེ་བ་ཞིག་རེད།  
དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཅེན་ལུག་ལུགས་ཀྱིས་བཤད་པའི་ལོ་ཆོག་སངས་དང་ཕྱི་སྟེང་པས་བཤད་པའི་ལོ་ཆོག་སངས་ཐོ་ལུག་ནི་རེད། ཕྱི་  
སྟེང་ནི་ཡ་རི་དང་ཁ་ཆེ་ཡི་ལོ་ཆོག་སངས་ཐོ་ལུག་ནི་རེད། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཅེན། ནང་བ་པའི་ཤན་ལུགས་ཡོད་པ་ལ་ཐོ་  
ལུག་ན་དེ་ཏ་ཅང་ལ་མཚན་རྒྱ་ལྟ་པོ་མི་འདུག ནང་བའི་ཤན་ལུགས་མེད་པའི་ཡ་ལ་པོ་དང་ཐོ་ལུག་ན་ད་གཞིང་

འདང་རྒྱལ་རྒྱུ་ཡོད་གི ཡུག་ལུགས་དེ་གཙོ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚན་མདོར་བསྟུས་ཅམ་ཞིག་བཤད་ན། སངས་རྒྱས་པའི་  
དུས་རྒླབ་བཞི་བའི་ཆོས་བཅུ་དྲུག་གི་དུས་ཞིག་ལ་ཐུག་དགོས་པ་རེད། དེ་ལ་རྒྱ་འཛིན་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཉེང་ན་ཁོ་ཆོ་ཚད་  
པ་ཡོད། ཡུག་ལུགས་ཡིན་ན་དེ་ལ་ཚོད་པ་མེད། རྒྱ་བ་རིལ་འཛིན་ཉེ་སངས་རྒྱས་པའི་ཐུས་སྟུ་རྒྱ་འཛིན་ཡོད་གི་  
ཞེས་མདོ་བསྟན་བཅོས་གང་ན་འང་གསུང་ཡོད། དཔལ་ཁང་བསོད་ནམས་ཞེས་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། དང་  
པོར་སྒྲ་བྲང་དུ་འོང་ནས་སྒྲུང་བ་བྱས་སྒྲ་བྲང་ནས་ཆོག་སྟུ་སོང་བ་ཡིན། ཉི་ཉོང་གི་ཡིག་མཐར་ཐིམ་པ་ཤེས་དེར་  
སང་ད་དུང་ཡོད་ན་དགོངས་ལོ་བདུན་ཅུ་ཉུག་ཡིན། དེས་ཕྱི་ཁྱིང་བ་ཞིག་གི་བཙམས་པའི་གཞུང་བསྟར་ནས་ང་ལ་  
ཕྱིན་ཡོད་པ་དེ་ཡང་རྒྱ་འཛིན་དང་ཐོ་བྱག་པ་ཡིན། དེ་མིན་གཞན་རྣམས་ལ་ཐོ་མི་བྱག་པ་དང་ཡང་ན་ཐོ་བྱག་ཀྱང་ཐུ་  
དུས་སྟུ་མི་འཁེལ་བ་ལྟ་བུའོ། ། དེར་དུས་ཉི་ཉོང་ནི་སྟོན་ཐོན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཞིག་ཡིན་མོད། དེས་སྟོན་པ་འབྲུངས་  
པའི་ལོ་ཡང་ཡུག་ལུགས་ལ་མི་མཐུན་པར་མ་ཟད་གནས་བརྟན་ལྟེ་བ་ཡང་མཐུན་ནི་མ་རེད། ཉི་ཉོང་ཡིན་ན་སྟུ་ལོ་  
སྟོན་གྱི་565ལ་སྟོན་པ་འབྲུངས་དགོས། དེ་ཡིན་ན་གནས་བརྟན་འདུལ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ལོ་དྲུག་ཅུ་ཡོད།  
ལོ་ཡིན་ན་དེ་གཉིས་མེ་སྟུ་ལ་ཡིན། དེ་ལོས་ཡིན། ལོ་ཆུན་དྲུག་ཅུའི་མཐའ་ན་མེ་སྟུ་ལ་གཅིག་ཡོད་དེའི་བཙུ་ལོ་ནི་  
གནས་བརྟན་འདུལ་བ་དང་ཡུག་ལུགས་གང་ལ་འང་མི་མཐུན་པ་རེད། གཞན་འབར་མ་དང་བལ་པོ་སོགས་གནས་  
བརྟན་ལྟེ་བའི་ཡུགས་ཡིན་ནོ། ། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཐོག་མ་རྒྱལ་པོ་གཉའ་ཁྲི་  
བཙན་པོ་རེད། དེའི་འཕྲོ་ནས་མེས་དཔོན་རྣམས་གསུམ་ཡིན། འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནམ་ཐོན་དང་ནམ་འདས་ཀྱི་ལོ་  
ཆོག་ས་གཏན་ལ་ཕབ་རྒྱ་ནི་ཉ་ཅང་དཀའ་བ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་འདི་དཀའ་བ་ཡིན་ཟེར་ནས་འདུག་རྒྱུ་ཡིན་ནམ་  
ཞེས་ན་མི་འདུག དེའི་ན་ཐོན་རང་གང་གི་རྒྱུ་འབྲངས་རྒྱུ་ཡིན་ཞེ་ན་བདག་ནི་ས་སྟུ་ཀྱན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་  
རྒྱུ་འབྲངས་རྒྱུ་ཡིན། དེའི་རྒྱུ་འབྲངས་དོན་ནི་བོད་ཀྱི་བསྟན་པ་ཕྱི་དར་གྱི་དུས་སྟུ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་མར་  
ཚོ་མ་མཁན་ནི་ས་སྟུ་ཀྱན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་ཡིན་པ་འདྲ། དེ་དང་སངས་ཁོང་གི་གསུང་འབྲམ་ཁྲོད་ན་བཞུགས། དེ་  
ལ་བརྟེན་ནས་གཉའ་ཁྲི་བཙན་པོ་ནམ་ཐོན། མེས་དཔོན་རྣམས་གསུམ་ནམ་ཐོན་སོགས་ཤེས་སོ། ། དེ་མ་གཏོགས་  
པའི་བཤད་ལུགས་གཉའ་ཁྲི་བཙན་པོ་ནམ་ཐོན། ཆོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམས་གསུམ་ནམ་ཐོན་སོགས་མི་མཐུན་པ་  
མང་པོ་ཡོད། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་འང་ཁྲུངས་མེད་པ་མ་ཡིན། དེ་དག་གི་ཁྲུངས་ནི་ཉུ་སའི་རྩ་ཁང་གི་རྩི་རིང་  
དང་། ཏུན་ཉོང་གི་གཏེར་ཡིག་རྣམས་སོ། ། དེ་ནས་རབ་བྱུང་དང་པོ་འགོ་རྒྱུགས་པ་ནས་བཟུང་། རབ་བྱུང་  
དང་པོ་རབ་བྱུང་གཉིས་པ་ཞེས་རབ་བྱུང་རེ་ལ་ལོ་ཆུན་དྲུག་ཅུ་རེ་ཡོད། རབ་བྱུང་དང་པོ་འགོ་རྒྱུགས་པ་ནི་དུས་  
འཁོར་གྱི་གཞུང་འདི་བོད་ལ་བསྟར་བའི་ལོ་ཡིན་ནོ། །

ཡུན་གཟིགས་པ་ཆེན་པོས་ཅད་མཁྱེན་པ་མཆོག་ཉིད་རྒྱུ་ལྟ་བུ་  
པའི་བརྟེན་ཆིག་དང་གསུམ་ཀུན་ད་བཞད་པའི་འོད་དཀར།

དཀར་ཆེན་ལྷོ་བཟང་ཕུན་ཚོགས། (བཟང་ཤེས་ལྷན་པོ་)

༡༡། དང་པོར་ཐོག་མཆོག་སྤྱགས་བསྐྱེད་ཅེ་བ་སྤྱོད་ཆེན་རྒྱུ་འབྱེད་དབུས་ན་བཟན།  
བར་དུ་བྱ་དཀའ་འཛུགས་བྱུང་སྟེ་པོ་བསམ་སྦྱར་བ་ཆེན་གྱིས་དེར་དུ་བསྐྱེད་པ།  
ཐ་མར་འཕྲོན་ལུས་གསུང་ཞེས་ངད་ལྷུ་འོན་གཉིས་འབྲས་བྱ་གཡུང་བ།  
ལྷན་གྱུ་བཡང་དང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོག་འདོད་ཀྱི་དཔག་བསམ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག།

གང་གི་བྱ་གསལ་ནི་རྒྱ་མཚོ་ལས་ཟབ་ཆོག་ལས་གཉིས་སྒོ་ཤོས་བཟང་པོས་གཏམས།  
 གང་གི་གསུང་ནི་ཆང་སྐད་བྱངས་ལས་རྒྱ་ལ་འཕྲིན་ལས་བདུད་བཞིའི་གཤེད་ཀྱི་སྒྲིག།  
 གང་གི་སྒྲིབ་ལྟོན་པོ་ལས་མཐོ་མཁས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོའི་དབུས་ན་བཞིང་།  
 བདག་གི་རྒྱུབས་མཆོག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ལ་མཆོན་བདེ་ཆེན་ལམ་ལུ་རྟག་མཆོད་དོ།

མཛད་ཐུང་སྒྲོ་བ་བྱང་མཁའ་ཉལ་ཟབ་ཅིང་ཡངས།  
 ལུལ་ཐུང་འཕྲིན་ལུས་རྒྱ་པའི་རྗེས་སུ་འགྲ།  
 དོན་གཉིས་ལྷན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་དཔལ་མངའ་བ།  
 རྒྱབ་ས་གཅིག་ཆེས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་མགོན་དེས་སྦྱངས།  
 ཁྱོད་ཡོན་གསང་གསུམ་གདེངས་ཅན་དབང་པོ་ཡིས།  
 བསྟོན་པའི་གཏིང་མཐའ་དག་ལ་དབང་རྒྱུགས་པའི།  
 ངང་པའི་སྡེད་པོན་ཡོངས་ཀྱིས་དཔོག་མིན་ན།  
 ཉམས་ཆུང་ཁྱོད་པའི་སྤལ་བས་སྦྱོས་ཅི་དགོས།  
 འོན་ཀྱང་འདི་ན་དད་གཏུང་དབུགས་འབྱིན་བྱས།  
 རྟེན་ལྟེན་གཡོལ་པའི་རྒྱ་དུག་གཞོན་ཏུ་བདག།  
 ཁྱོད་ཡོན་མཐོ་རིས་སྦྱེད་ཆལ་ཡངས་པོ་ལས།  
 འདབ་མགཅིག་ཅམ་སྒྲང་སྟེགས་ཕྱེད་དོ།  
 མགོན་ཁྱོད་བསྐལ་མང་སྟོན་ནས་རྒྱབ་ས་ཆོག་ཆོགས།  
 བ་མཐའ་སོན་པ་བདེ་ལྷན་ཞིང་གི་གཙོར།

མངོན་སའ་ས་ཀྱས་པས་ལུས་མེད་འབྱུང་གུར་ཏེ། །  
 རྩ་ཆོག་ས་རྩ་འབྱུང་བཞོན་པ་བསམ་མེ་བྱུང་། །  
 ཞིང་འདིར་བྱུང་དབང་གསུང་སྒྲིམ་རབ་འབྱོར་ལོག་ས། །  
 འབྲུང་ས་རབས་དཔག་བསམ་སྤང་བ་རིམ་བྱོན་གྱིས། །  
 འཕགས་པོད་ནོར་འཛིན་ཡངས་པའི་ཁོར་ཡུག་ཏུ། །  
 བཏུན་འགྲོར་བཞག་པའི་མཛད་རྒྱུ་མཚུངས་པ་མེད། །  
 ཆེར་སྒྲིག་ས་དུས་མཐར་གཏུགས་པ་དེང་གི་ཆར། །  
 རྒྱུ་ཏོ་སྒྲིང་ལ་ཉལ་བའི་དཔུང་ཆོག་ས་གྱིས། །  
 རྒྱལ་བཏུན་མང་ནས་བཞིག་པའི་ཐེར་བྱུག་དུས། །  
 རྒྱེབ་བྲལ་བྱུགས་ལ་ལག་མཐེལ་ཇུས་བཞིན་གསལ། །  
 དེ་བྱིར་བྱུབ་བཏུན་ནོར་གྱི་སྒྲོ་སྒྲོས་མ། །  
 སུན་ཆོག་ས་པན་བདེའི་ཙི་བཅུད་ཀྱན་འབྲུང་གཞི། །  
 སྒྲིང་སྒྲོ་བས་ཕྱག་པ་གཅིག་གིས་སའོག་ནས། །  
 སྤྱིང་ཅེར་འདེགས་པའི་བྱུགས་བསྐྱེད་མང་ཅིག་འབྲུངས། །  
 སྐལ་བཟང་གདུལ་བྱའི་ལེགས་བྱས་བཏུན་གཤེར་དང་། །  
 འགྲོགས་པའི་མ་སྤྲད་བྱུགས་བསྐྱེད་ཆ་ཟེར་གྱིས། །  
 རྒྱལ་ཡུམ་མང་ལ་གྱི་ཆུ་སྒྲིམ་བཞད་པའི་དབུས། །  
 ཁྱོད་སྒྲིམ་མཚན་དཔེའི་ཟེའུ་འབྲུ་ལྷ་མ་མེར་འཇུ་མ། །  
 དཔལ་ལྷན་ལེགས་བྱས་ཤིང་ཉ་ས་ཉེར་དྲངས་མཚན་སྤྱག་ལང་ཆོ་འབར་བའི་སྒྲ། །  
 བཏུམས་པའི་མོད་ལ་གསེར་ལྷན་དགའ་མ་བམེར་བྱས་བསྐྱོད་པའི་འཕྲི་ཤིང་བཞིན། །  
 ལན་དུག་འདར་ཞིང་ཀྱན་གསལ་ལུས་ཕྱས་དབང་གཞུས་སྤྱས་པའི་ཆུ་འཛིན་གྱི། །  
 གོས་བཟང་སྒྲོད་གཡོགས་དཀྱིགས་པའི་སྒྲིང་ནས་མངོན་དགའི་མེ་ཏོག་ཆར་དུ་པབ། །  
 དཀར་སྒྲོགས་ལྷ་མེ་ཀྱན་རྟོག་གཅིག་གྱུར་ཡིད་མཚར་རབ་དགའི་བཏུན་པས་འབྱུང། །  
 ཡལ་ལ་ཞེས་ངོ་མཚར་བཏུགས་པ་རྒྱ་ཆེན་རོལ་མོས་གནམ་ས་བཀང་། །  
 དེ་ཉེའི་སྒྲོད་བཅུད་དགེ་མཚན་དཔལ་གྱི་དུས་སྒྲོན་ལ་སྤེད་མིག་སྒྲིང་ལྷན། །  
 སྤྱིང་པའི་སྒྲོན་མེ་ལག་ཏུ་བབྱུང་སྤེ་ཅེ་རེར་བཏུ་བ་མ་ཡིན་ནམ། །  
 ལྷ་ར་བཅས་སྤྱིང་ཞི་བདེ་བྱུང་ལན་བུའི་རྒྱན། །  
 གངས་སྒྲིངས་སྒྲིའགྲོ་ཀྱན་དའི་གཉེན་གཅིག་ཁྱོད། །  
 ལང་ཆོའི་ཆ་ཤས་ཕྱ་བའི་སྐབས་ཉིད་ནས། །  
 མཁྱེན་རབ་ཟེར་བརྒྱས་སྐར་ཆོག་ས་ཟེལ་གྱིས་གནོན། །

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ཕྱི་ལོ་བསྐྱེད་ས་པའི་དྲིན། །  
 མཐའ་མེད་ཉམས་ཐག་འགྲོ་བའི་རིམ་སྐྱེད་བརྒྱ། །  
 ཆོག་ཐུབ་སྤྱོད་ཐུན་སྦྲུལ་གྱི་ཚྭ་པ་ཁྱོད། །  
 བཅེ་ཆེན་ཡལ་འད་བསྐྱེད་ས་པའི་ཡུག་གིས། །  
 ཐུན་ཆོག་ས་པའི་བའི་སྤྱོད་གི་དུངས་པའི་གཤེད། །  
 དཀར་མིན་ཟས་ལ་སྤྱོད་པའི་ཡིད་སྤྱོད་ས་པའི། །  
 འཇིགས་དུང་མཆོ་བ་དུམ་པོར་གཙོག་པའི་མཐུ། །  
 ཐུས་པའི་མཆོན་ཆ་འཆང་བ་ཁྱོད་དུ་བབས། །  
 དེ་ཕྱིར་འཇིགས་མེད་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་མཆོན་ཞེས། །  
 ཐོག་མཆོག་ཡོངས་འཛིན་འཇམ་དཔལ་སྤྱོད་ཚན་དེས། །  
 མགོན་ཁྱོད་སྤྱོད་མཐའི་འོས་སྤྱོད་པའི་མཆོ། །  
 བསྐྱེད་ས་ཐུན་མཐའ་གྱི་ཉིང་ཁྱོད་ཐོག་ཐོག་སྤྱོད། །  
 དཔལ་ལྷན་ལེགས་ཐུས་ཆངས་རིས་བདག་པོ་ཡིས། །  
 འཇིགས་བྱུང་ཁྱོད་ལ་མགོན་ཁྱོད་དབང་བསྐྱེད་ཏེ། །  
 འཕྲིན་ལས་ལྷན་སྤྱོད་ཐུབ་ཆོས་ཀྱི་ཀྱུ་མཆོན་ཞེས། །  
 དོན་ལྷན་མཆོན་གསལ་ཀྱུ་ལ་རྒྱས་སྤྱོད་བཀའ། །  
 ལྟོན་བའི་དཔལ་འབྱོར་མེད་པའི་འཇམ་ཆོན་ལྷན། །  
 རིང་ནས་གཤེགས་པའི་ཀྱུ་ལས་སྤྱོད་བཀའ། །  
 ཆོས་ལོས་མཆོན་སྤྱོད་འཕྲིན་ལས་པའི་གྱུར་ཁྱོད་དུས། །  
 མཛོས་སྤྱོད་མཆོན་གཤེད་འོད་བརྒྱ་ལྷན་མེད་གསལ། །  
 དེ་ཆོག་སྤྱོད་པའི་ཚ་ལྷན་སྤྱོད། །  
 ཐོས་པའི་མདངས་འཛིན་མཆོན་སྤྱོད་ཡལ་འད་བསྐྱེད། །  
 ཆོས་དཀར་སྤྱོད་པའི་འོད་གྱུ་བསྐྱེད་བཞིན་པར། །  
 འགྲོ་ལ་དུགས་དུང་ཐོགས་པའི་སྤྱོད་འཛོན། །  
 ཀྱུ་ལ་སྤྱོད་པའི་མཆོན་པའི་ཚ་ལྷན་དག་པ། །  
 བཅོན་པའི་སྤྱོད་པའི་མཆོན་པའི་སྤྱོད་པའི་མཆོན། །  
 སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་བཅོན་པའི་ཚ་ལྷན་ཆུང་སྤྱོད་པའི་ལྷན། །  
 སངས་རྒྱས་དཀོན་ཐུགས་དཀྱུ་ལ་སྤྱོད་པའི་ལྷན། །  
 ཞེས་གསུང་དགོངས་དོན་རིན་ཆེན་ཐོབ་མོན་ལས། །  
 ཀྱུ་ལ་པའི་སྤྱོད་པའི་ཚ་ལྷན་དཀྱུ་ལ་པའི་ལྷན། །



རང་གི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་མཛད་འབྲིན་མེ་ལོང་གིས།  
 ལག་མཐིལ་རྩེ་སྒྲུབ་གསལ་བར་བྱེད་འདི་མཛར།  
 གཞན་ཡང་ལྟ་དང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བསྟན་བཞིན།  
 རིགས་ཀྱི་ཁྱབ་བདག་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་ལས།  
 ང་ཉིད་གཞན་དུ་སེམས་པར་བྱི་བྱ་ཞེས།  
 སྐལ་ལྷན་ལས་འཕྱོ་ཅན་ལ་འདྲོ་མས་པའི་བྱིར།  
 སྒྲིམ་སྒྲིམ་པ་སྒྲུབ་མཐའ་ཡས་རིམ་གྱོ་བས།  
 ཞབས་ལྷན་འབྲུལ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་གཡོན་རེ་རེར་ཡང་།  
 ཞབས་པད་རིན་ཆེན་བྱང་རེ་བརྒྱུད་པ་ཡིས།  
 གསང་གསུམ་མཛད་པའི་གསང་བྱ་གྲོལ་ལ་རིངས།  
 བསྟན་པའི་བདག་པོ་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེར་ཡང་།  
 བསྟན་འགྲོར་པན་བཞེད་དམ་པའི་དམ་བཅའི་ཁྱུར།  
 རྒྱུ་རྒྱུ་རེ་བོ་སྒྲི་བོར་ལྷུང་ན་ཡང་།  
 བཅ་ཡང་འདྲོར་མི་བྱུང་བའི་བད་མཆོན་དུ།  
 འཇམ་མཉེན་ཐུག་སོར་མཆོན་རིས་ཀྱིས་སྒྲུབ་པའི།  
 ཟན་ལྟར་བཞིས་པའི་གོར་མའི་ཆང་སྒྲུབ་ཞིག།  
 བཅ་ལ་བསྒྲུབ་ཐུགས་གཞུང་མེད་ཁང་ཆེན་དུ།  
 ཡིད་ཆེས་དད་པའི་ཀ་བ་གཡོ་མེད་ཚུགས།  
 དེ་ནས་སྒྲུབ་འདྲིན་པོ་ཉའི་དྲི་བཞོན་གྱིས།  
 དྲངས་པའི་གང་སྒྲུབ་མཐའི་ཁྱུ་མཆོག་ཞབས།  
 དབྱུང་བྱུར་སྒྲོ་བསངས་པར་པར་ལེགས་བཞོད་དེ།  
 གདུང་སེལ་པན་བདེའི་སྐྱེས་ཆར་ཅི་ཡང་པབ།  
 སྒྲུབ་ཡང་བསྟན་འགྲོའི་མཆོད་སྒྲིབ་བརྒྱུད་པ་ཞིང་།  
 ཐེབས་བྱུམས་སྒྲུང་དབང་པོའི་སྒྲིབ་བཞུགས་ཏེ།  
 ཞབས་འབྲིང་ཉེ་དབང་ཁྱི་སྒྲུབ་འཁོར་དང་བཅས།  
 གཅང་སྒྲོངས་སྒྲུབ་ཅེན་སྒྲིབ་ཆལ་ཡངས་པོར་འཁོད།  
 དེ་ཆེ་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་གྱི།  
 གསེར་ཞལ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་ཆབ།  
 འབྲུང་འདྲོད་སྒྲུབ་སེར་བཞུང་ཡས་ན་མས།  
 འཆང་གསལ་ལོར་འཛིན་དངངས་པར་བྱས།

ཞལ་དགྱིལ་པ་རྒྱའི་དགའ་ཚལ་ལ།  
 སྤྱད་པའི་སྐལ་བཟང་བྱང་བའི་ཚོགས།  
 དགའ་དང་སྤང་ཅིས་སྦྱོས་པ་ཡིས།  
 དར་དེར་ཅ་ཅ་ཅི་ཡང་སྒྲིག།  
 ལ་ལ་མགོན་ཁྱེད་མཆོད་པའི་སྒྲ།  
 སྔོ་བཞད་སྤྱད་དང་སྒྲིག་གར་གྱིས།  
 མཐོ་རིས་མེན་ཀླ་རྒྱལ་སྤྱི།  
 ཁེངས་པའི་འབྲེགས་བྱེད་སལ་བསྐྱལ།  
 ཕལ་ཆེར་ཡུན་རིང་བྲལ་བའི་མ།  
 སྒྲར་འཕྲད་གཞོན་ནུའི་ངང་ཚུལ་བཞིན།  
 རབ་དགའི་སྤྱོད་ལས་སྦྱོས་པ་ཡི།  
 བློ་ཆུས་སལ་ཆག་ཆག་བསྐྱབས།  
 ཡེ་མཁྱེད་ཞབས་འཁོར་ལོའི་རེ་ཁག་དུ་འཕྲོས་པའི་གཙང་མའི་རུལ།  
 སྤྱི་དགྱའི་ཕྱག་དང་མཆོད་པའི་རྟེན་གྱུར་བསྟོད་བསྐྱར་བསྐྱེད་སལ་བའི་བདེ།  
 བདུད་ཅིའི་སྤྱི་བོ་བསྐལ་པར་བྱང་པའི་ཚུལ་གསུམ་གྱུ་བའི་རྟགས་མིན་ན།  
 བློ་མཁས་གཞུང་ལས་བྱང་ཚུབ་དང་ནི་རྟེན་མཆོད་ཉིད་ཅེས་ཅི་ཕྱིར་གསུངས།  
 མགོན་ཁྱེད་ཡེ་ཤེས་རོལ་པའི་ཆུ་གཏིར་ལས།  
 ལེགས་འབྲུངས་བཤད་སྐྱབ་རིན་ཆེན་རྒྱལ་བཞི་ཡིས།  
 བཟླ་ཤིས་ལྷན་པོར་སྤངས་པའི་སྤྱོད་བཅུད་ཡོངས།  
 རང་གིར་བཞེས་པའི་ཐུགས་རྗེའི་མཐའ་མི་མངོན།  
 རིགས་ཀུན་ཁྱབ་བདག་གདོད་མའི་མགོན་ཁྱེད་ཀྱིས།  
 རིགས་ལྗེའི་བདག་ཉིད་ཡོངས་འཛིན་རྒྱལ་པ་ལ།  
 རིགས་ཀྱི་ཅོད་པན་དམ་པར་ལེགས་བཞེས་ནས།  
 རིགས་པའི་སྤྱོད་ཅུལ་ཀུན་ལ་བྱང་བར་བསྐྱབས།  
 ཐུབ་དབང་མ་དྲོས་མཆོ་ཆེན་ལས་འོངས་པའི།  
 གཙུག་ལག་ཡན་ལག་བཟུད་ལྷན་ལམ་གསུམ་འབབ།  
 ཡོངས་རྫོགས་དུས་མཐའི་ཡུན་གྱི་སྤྱད་ཅིག་ལ།  
 མཁྱེན་རབ་བདེ་བྱང་རལ་པའི་རྗེ་བྱར་བསྐྱལ།  
 རིགས་འཕྱུལ་བྱེད་མངར་དཔལ་འབར་བའི།  
 རྒྱལ་འབྲེལ་ཀུན་དའི་ཚལ་ཡངས་པོར།

དབྱང་གསུམ་འཕུར་མིང་རྣམས་བཞུགས། །  
 རིགས་བཤད་དབྱངས་སྒྲུབ་ཅི་ཡང་སྒྲིག།  
 དངོས་བརྒྱུད་གདུ་བྱས་རབ་སྒྲུབ་པའི། །  
 བྱམས་གཞུང་མངོན་ཉོགས་ཀྱི་ཕྱིང་མ། །  
 མཁྱིན་རབ་མགུལ་བར་བཅངས་པ་ཡིས། །  
 འཕགས་སེང་གུགས་པ་ཐུང་བྱར་བཏང། །  
 རྒྱ་བའི་ལེགས་བཤད་གནམ་ཐུའི་གཞུས། །  
 དྲངས་པའི་གཉིས་སྒྲུངས་རིགས་འཕྱུལ་མདས། །  
 མཐར་ལྟ་མཁྱིན་བཅུའི་སྒྲིབ་ཅད་དེ། །  
 ཟབ་དོན་སིང་ཁབ་ཏུ་བཞུགས། །  
 གོང་འོག་མངོན་པའི་ཆུ་གཏེར་ལས། །  
 ཀྱན་བྱང་རང་སྤྱིའི་ནོར་སྒྲུངས་ཏེ། །  
 ཐུགས་ཀྱི་བང་མཛོད་བཀའ་པ་ཡིས། །  
 རྣམས་སྒྲུབ་པའི་གོ་སར་བཀོད། །  
 དུན་ཤེས་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་རྣམས་པའི། །  
 སྤྱིང་བདུན་གཙང་མའི་འོད་དཀར་གྱིས། །  
 བཅས་རང་ཐུན་པའི་དབྱང་ཆོགས་རྣམས། །  
 ཤེས་བྱའི་ཁོངས་ནས་གནས་དབྱང་མཛད། །  
 སྤྱིན་མཆོག་ཐུབ་དབང་གངས་རི་ལས་འོངས་པའི། །  
 གསང་ཆེན་རྒྱུད་ལྟེ་རྣམས་བཞུགས་ཆུང་སྤྱིང་། །  
 བྱིན་རྒྱལ་ལུ་བའི་འཇུག་དཀར་འཕྱོག་བཞུགས། །  
 ཁྱེད་ཐུགས་ཆུ་གཏེར་འབར་བའི་གསེས་སྤྱངས། །  
 རྒྱུ་ཤིབ་རྩ་སྤྱིད་པ་ཕྱགས་ཀྱི་ཁམས། །  
 སྤྱི་གསུམ་བཙོ་མའི་གསེར་དུ་སྒྲུབ་བྱེད་པའི། །  
 སྤྱི་གསུམ་རིམ་པ་དང་པོའི་ཟབ་ལམ་གྱི། །  
 གསེར་བསྒྲུབ་ཅི་ལ་ལྟག་པར་དབང་རབ་བསྒྲུབ། །  
 རྒྱུ་གཉིས་བྱུང་ཤིང་མ་ལུས་སྒྲིབ་ཅིག་ལ། །  
 ཟུང་གཏུམ་མོ་འབར་བའི་མེ་ལྷེ་ཡིས། །  
 བྱང་ཆེན་བདུད་ཅིར་ལྷུ་བའི་སྤྱིར་ཏུ། །  
 ཐུང་པས་བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོར་ཅོ་འདྲི་བྱས། །

མདོར་ན་མདོ་རྒྱུད་སྐུ་མཁུ་ཡང་ས་པའི་བྱོན། །

མཁུན་རབ་ཤོམ་སྟབས་གཅིག་གིས་གཞུང་བཞུགས།

ང་རྒྱལ་ཐོར་གཅུག་མཐོ་བའི་སྟོབས་ལྡན་གྱི།

ཁེངས་པའི་རལ་པ་ཡོངས་རྫོགས་བྱང་ལ་སྟེལ། །

དེ་ལྟར་གསུང་རབ་ལྟ་ལམ་ཡང་སེལ་གསན་བསམ་གར་གྱིས་ཅེན་པ་ཡིས། །

ང་མཆར་ཉམས་རྟོགས་གཤོག་ཙམ་རབ་རྒྱས་དཔལ་ལྷན་མཁའ་འགྲོའི་དབང་ལྷན་ཁྱོད། །

བཟང་ཡས་སྐལ་བཟང་གཉིས་སྒྲིབ་དཔུང་ནོར་གསུམ་བྱུང་པའི་ལྷགས་ཡངས་ཀྱིས།

ཟབ་རྒྱས་ཆོས་བཀའ་དབྱངས་སུ་གྱེར་བས་མཁས་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་བརྟན་པ་འཕྲོག།

དེ་ནས་མགོ་ན་ཁྱེད་འཇམ་དཔལ་གཞི་ན་རྒྱལ་ས། །

ན་ཚོད་གཅིག་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་པའི་སྐབས།

དཔལ་ལྷན་གནོད་མའི་སངས་རྒྱལ་དབྱིལ་ལོ་ཐོར་ཆེར།

རིགས་ཀྱི་སྐུ་ལོ་ལྷན་སྐྱེས་པར་མཛད། །

སྒྲུབ་ཡང་ཉི་མའི་གཉེན་མཆོག་མགོན་ཕྱོད་ཀྱི།

ཞལ་གསུང་འདབ་བརྒྱའི་ཆལ་ལ་དད་འདུན་གྱི།

ཁྱད་སྟོན་གྱི་ལུང་རྒྱུ་མཛེས་པ་ཡི།

ནམ་གོ་ལ་སྤང་ཅིའི་དགའ་སྟོན་འགྲུང་པའི་ཕྱིར།

ཐུལ་བ་གཉིས་པའི་བྱག་ས་ཀྱི་བཅུད་ཐུང་བའི། །

དཔལ་ལྷན་ལེགས་བཤད་ཕྱི་བའི་གཏེར་ཆེན་པོ།

ལྷ་དོར་གསལ་བའི་སྐུ་ལྷོ་མེ་མཆོག །

ཆེ་བ་བཞི་ལྟ་བུར་སྐྱབས་ལམ་རིམ་ཆེ། །

གོ་སྒྲུབ་དཔེ་དང་གནད་ཆེན་གསུང་རྒྱུ་ཡང་། །

ང་མཆར་ལྷང་རིགས་དུ་མའི་རྒྱབ་ཉིན་བཅས།

ཐོན་མེད་གསུང་བཤད་ཀྱི་ཟེའི་རྒྱུད་མངས་གྲས།

ཐར་འདོད་ཡིད་ལ་ཀུན་དགའི་དཔལ་ཡོན་སྟོན། །

མིད་པ་མི་བཟད་སྤྱག་བཟུལ་ཆེར་མ་བརྒྱུས།

ཡོངས་གང་གཡང་སར་སྤྱང་བའི་ལྷན་ཅན་རྣམས། །

བཙེ་ཆེན་ལྷགས་ཀྱ་ཚོན་པོས་བྱང་ཆེན་སར། །

བླ་མ་པའི་མཛད་བཟང་འདི་ཀོ་མད་ཏུ་བྱུང་། །

ལྷོ་བཟང་རྒྱལ་བསྟན་སྲིད་གི་ཀ་བ་ཆེ། །

མ་ཉམས་བརྟན་པོར་སྒྲེང་པའི་སྒྲིང་སྟོབས་ཀྱིས། །

རྩེ་འདི་བཤད་སྐྱབ་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འཛིན་པའི།  
 འཆད་ཚོད་སྐྱབ་པའི་མཁས་མང་གྲག་ཅིག་བཅུགས།  
 གནའ་བོའི་མེས་པོ་དཔལ་པས་དཀའ་སྐྱད་ཀྱིས།  
 བསྐྱུན་པའི་གངས་ཅན་སྐད་ཡིག་ཚུན་བཟང་འདི།  
 མི་རིགས་ཡལ་འདབ་རྒྱས་པའི་ཚ་བར།  
 གཟིགས་ནས་ཆེད་སྦྱོར་སྒྲོབ་གྲ་མང་ཞིག་བཏབ།  
 གཅིག་ཏུ་བཞུན་འགྲོར་བཅངས་པའི་དོན་ཆེན་ནི།  
 རང་སྤྱོད་ཡལ་བར་འདོར་ཡང་མི་གཏོང་ཞེས།  
 ཐུགས་སྦྱོབས་མཚུངས་པ་མེད་པའི་བསྐྱོར་ནི།  
 ལྷག་བསམ་འོ་མའི་མཆོལ་ས་སྤྱིད་ཅེར་འཕྱར།  
 དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་སྤྱི་མཐུན་ལས་ཀྱི་དབང།  
 གཅང་བའི་ཆུ་བོ་གྲུ་དུ་བསྐྱོག་དཀའི་ཕྱིར།  
 དཀར་ནག་གནམ་ས་བརྩེ་བའི་ཡོ་ལང་གིས།  
 འདི་ན་མི་འདོད་ཀྱིན་ངན་ཏུ་ལ་འཛིངས།  
 ཆེས་ཆེར་སྤྱིགས་མའི་མཆོཆེན་ཁོལ་བའི་ནང།  
 ལྷ་ཆོག་ས་སྤྱོད་བསྐྱེད་ན་ཀྱས་པན་བདེའི་སྤྱོད།  
 མ་ལུས་བཟུང་འདི་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཏུ་ཡང།  
 སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་གིས་རལ་གྱི་དཔལ་པོར་བཟུང།  
 རང་རིགས་བསྐྱར་ལ་དཔལ་འཛོད་མཆེ་ལྟར་ཅན།  
 ཟོག་གི་སངས་པགས་ཀྱིན་པའི་མ་ཤོར་འགས།  
 གདོང་ལུའི་དབང་པོར་འཁྱུ་བའི་བསམ་སྦྱོར་གྱིས།  
 རང་འཆང་སྦྱོན་པའི་སྦྱོར་སྦྱར་མང་ཞིག་བཏབ།  
 དེ་ལྟ་ན་ཡང་མགོན་ཏུ་སྦྱོན་རབས་ནས།  
 འདུལ་དཀའི་དོན་ལ་བསམ་བཞིན་དགོངས་པ་ཡི།  
 ཐུམས་བཅེའི་གཡུ་རལ་སྤྱོད་པོའི་ཁུར་ཕྱི་བའི།  
 སྦྱོང་སྦྱོབས་དཔུང་པ་རི་དབང་ལས་ཀྱང་བཏན།  
 རིང་ནས་ལོག་སྦྱོན་སྤྱོད་ཞགས་རྒྱུང་བྱེད་པའི།  
 ཕྱིག་སྦྱོད་སྦྱང་ཆོད་དར་མའི་རྩུབ་སྦྱོར་གྱིས།  
 རྩུལ་བཞུན་པ་རྒྱའི་ཆལ་རབ་བསྐྱོགས་པ་སྤྱར།  
 ཐབས་མཁས་སྤངས་གཏེར་འབར་བའི་འོད་ཀྱིས་གསོས།

གནས་པའི་མི་རབས་སྤང་བར་ཆོག་སྟེན་གྱིས།  
 བཞེངས་པའི་ཉེན་གསུམ་རིན་ཐང་གཞུང་མེད་ནམས།  
 དུས་ཀྱི་ཆུ་གཏེར་སྤོང་དུ་བྱེད་ས་པ་ཡང་།  
 མང་ནས་གསོ་བའི་མཛད་རྗེས་བསུ་བ་ཏུ་མེད།  
 མདོར་ན་བསེལ་ལྷན་ཡངས་བའི་དོ་རྩ་འདིར།  
 རིས་མེད་རྒྱལ་བསྟན་དཔྱིད་དཔལ་ལང་ཆོ་ལྟར།  
 སྤྲེལ་ཡང་དར་བའི་དགེ་མཚན་བཟང་པོ་འདི།  
 བྱེད་མཐུ་ཁོན་རེས་སོ་བདེ་ཅན་མགོན།  
 རྒྱལ་ཀུན་སྤྱིར་རྗེའི་ལྷ་མཚན་རིགས་ཀྱི་བདག།  
 རྒྱལ་སྤྱི་ལྷན་དུ་བྱོན་པའི་མགོན་བྱེད་གྱིས།  
 རྒྱལ་བསྟན་མང་ནས་གསོ་བའི་བཀའ་བྱིན་འདི།  
 རྒྱལ་བ་ཀུན་ལས་ལྷག་ཅེས་སྤྱིར་ནས་བྱ།  
 གང་གང་གདུལ་བྱའི་མོས་སྤོང་དང་འཚམས་པར།  
 དེ་དེར་སྤྲིན་གྲོལ་བདུད་ཅིའི་ཆར་ཡབ་ཏེ།  
 གཏན་བདེའི་ལྷ་གུས་སྤོང་གསུམ་འགོངས་མཛད་པའི།  
 མགོན་བྱེད་བཀའ་བྱིན་འཛིན་མའི་ཕྱག་པར་ལྷེ།  
 གང་སྤྱིར་ས་བསེལ་ལྷན་ཡངས་པའི་ཞིང་ས་འདིར།  
 བཅུ་ཕྱག་རིག་གཞུང་རྒྱན་གྱིས་རབ་མཛེས་པའི།  
 ཆོས་སྤྱིད་དཔལ་འབྱོར་ལང་ཆོའི་ན་དར་ཞིང་།  
 རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་བའི་མཛད་རྗེས་ནམ་པར་བཀ།  
 མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཐར་པའི་ས་བོན་བརྒྱ།  
 གྲུང་པོར་འདེབས་བྱེད་གོང་མའི་གདུང་ཚལ་ནམས།  
 ཀུན་བདུས་ལྷ་མའི་མཛོད་སྤོང་གཞུང་མེད་ཁང་།  
 བཞེངས་པས་རྒྱལ་ནམས་དགུས་འཇུག་ལྷག་གེར་བཞུགས།  
 དེ་ཆོ་མགོན་བྱེད་དགུས་པའི་འཇུག་ཞལ་ལས།  
 ང་ཡང་པཎ་ཆེན་རྒྱུད་འཛིན་བསྟོན་མེད་ཅེས།  
 མི་འཇིགས་བཞི་ལྷན་འགག་མེད་སེང་གེའི་དབྱངས།  
 འཁོར་མང་དབུས་སྤྱི་བསྐྱགས་པ་མདོན་སྤུམ་ཐོས།  
 རྣམ་དཀར་མཛད་བཟང་འོད་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ཅན།  
 འཛམ་གླིང་བསྟན་འགྲུའི་ཉེན་བྱེད་དབང་བོ་བྱེད།

གྲོ་བུར་ཉིད་དུ་ཞི་བའི་དབྱིངས་སུ་བྱུང་།  
 གྲི་རུད་སྐྱེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་སྒྲིང་དུ་བྱུང་།  
 ཡན་བདེའི་ཙུ་ལག་རྒྱལ་བ་ལྟན་པ་སྒྲོའི་ཆུ།  
 ལྷ་ལའི་སྒྲིང་ས་འདིར་ཐབས་བརྒྱས་སྒྲེལ་བཞིན་དུ།  
 གྲོ་བུར་གཟུགས་སྒྲུའི་བཀོད་པ་བསྐྱས་ལགས་ན།  
 ད་ནས་བལྟན་འགྲོའི་དབྱིད་དཔལ་སྤྲུལ་རེ།  
 གྲི་རུད་མགོན་ཁྱོད་ཞི་བར་བཞེགས་མ་ཐག།  
 རྩོམ་འཛིན་དཔལ་མོས་ཐལ་བའི་གོས་རྒྱལ་གྱིན།  
 གཏོར་ལེན་འགལ་སྒྲུས་ཆང་ནས་སྟོད་པ་འདི།  
 སྒྲིང་ལ་སྤྲུ་གི་ལས་ཀྱང་ནད་དུ་ཆེ།  
 མགོན་ཁྱོད་བལྟན་འགྲོའི་དཔལ་དུ་བཞུགས་པའི་དུས།  
 ཆེ་ཆུ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་བཀའ་སྟོན་བཞིན།  
 བློ་དུ་བཀོལ་བའི་ཐབས་མཁས་འོད་ཆར་གྱིས།  
 སྟོན་བཅུད་བདེ་དགའ་རྒྱ་མཚོའི་དཔལ་དུ་བསྐྱེད།

ད་ནི་ཐུབ་བལྟན་པ་སྒྲོའི་ཙུ་ལག་ཞི་བའི་མཁའ་དབྱིངས་སྟོང་དུ་བྱེད།  
 ཆོས་སྤྱི་འདབ་བརྒྱའི་སྒྱེད་ཆལ་མཁའ་རང་གི་ངང་གིས་མཐུ་ཉམས་ཤིང་།  
 འཇིགས་རུང་སྤྱི་པའི་གཉིས་སྒྲེས་ཆོག་སྒྲུ་མས་མཐོན་པ་སྤྲེགས་ནས་སྟོད་བྱེད་པ།  
 རྒྱལ་འདི་བསམ་ཞིང་ཉམས་རྒྱུང་བདག་ཅག་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐུན་པའི་འོབས་སུ་སྤྱང་།

ཆེར་སྤྲེགས་དུག་གི་ན་བུན་ཡོངས་འབྱུལ་བའི།  
 ཀེ་ལ་ཤ་ཡི་ཉམ་ཐག་ཡིད་ཅན་རྣམས།  
 འཇིགས་སར་སྒྲེས་མས་ཐོར་བའི་ངང་རྒྱལ་འདི།  
 གྲེ་མ་བཙུང་བའི་གཏོར་ཁྱོད་བཙོན་ལགས་སམ།  
 མཚན་དཔེའི་ཟེལ་མངར་འབར་བའི་ཆ་རེར་ཡང་།  
 གདུང་སེལ་སྤྲུག་གི་ག་བུར་འབྱུལ་འཛག་པ།  
 ཁྱོད་སྤྲུ་བསེལ་སྤྲུན་དབང་པོའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེ།  
 རྒྱ་བུར་མིག་གིས་མེ་མཐོང་ཡིད་རེ་ལྷག།  
 མགོན་པོ་ཁྱོད་གྱིས་བདག་ཅག་ཡལ་ཐོར་ནས།  
 མཚན་དཔེས་འོད་སྟོང་དུ་བ་བསྐྱས་ལགས་ཀྱང་།

བདག་ཅག་ཁྱོད་མེད་ཅེས་གཞན་མེད་ཅེས།  
གཏུང་སྐད་བྱང་ས་སྒྲེ་ལྷག་ས་སྒྲེ་གྱི་ཆེར་མར་སྒྲིག།  
འོན་ཀྱང་སྒྲེ་མ་མཆོག་གི་གསང་གསུམ་གྱི།  
མད་བྱང་མཛད་པ་ཇི་སྟེད་བསྟན་དང་འགྲོའི།  
གཞན་དོན་ཉིད་ལས་གཡོལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
སྤྱགས་བཞེད་ཅི་མཆིས་སྒྲེ་གྱིས་འགྲུབ་པར་ཤོག།  
འདི་ན་ཁ་ཅིག་རྟོག་གེར་འཆེལ་ཡང་ཆོག་ཅམ་གྱིས་ངོ་མས་གཞན་སྟོད་དུ་ག་མད་འཁོར་བཟད་འཕེན།  
ལ་ལ་མང་ཐོས་མཁས་པར་སྒྲོམས་ཀྱང་གཟུ་ལུས་སྟོད་པས་སྒྲོལ་འདི་བདན་གྱི་དུ་འཕྱར།  
གཞན་དག་སྒྲེ་ཆོག་དམ་དུ་མ་ཅམ་གྱིས་རང་ཉིད་སྒྲིག་ཕྱིར་བྱེ་མའི་ཆངས་བུ་བཙོར་ལ་བྲེལ།  
དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་མགོན་པོ་ཁྱོད་ནི་རང་སྤྱོད་དོར་ཡང་གཞན་དོན་ཁོན་ར་གཞོལ་འདི་མད།

རིང་ནས་སྒྲུབ་ས་ཆེན་སྒྲེ་ལམ་གྱི་མཆོའི་མཐུས།  
དུས་མཐར་སྤྱབ་བསྟན་སྟེལ་བའི་ལེགས་མཛད་ཀྱི།  
གྲགས་པའི་དབྱངས་སྒྲེ་ལྷན་ལ་དཀར་པོ་ཡིས།  
སྤྱགས་ཀྱི་བུ་མོའི་རྩ་ལུང་མཛོས་པར་བྱས།  
ཁྱོད་ནི་སྤྱབ་བསྟན་ཡོངས་ཀྱི་མངའ་བདག་སྟེ།  
ཐར་འདོད་ཅེ་བ་ཀྱན་སྒྲོང་ཡིད་བཞིན་འོར།  
ཕན་བདེའི་བསེལ་སྤྱོད་ཆུ་ཤེལ་དབང་པོ་སྟེ།  
ཁྱོད་མཆོངས་སྤྱབས་དང་སྤྱོད་པ་གཞན་མ་མཆིས།  
དེ་ཕྱིར་མགོན་ཁྱོད་སྤྱགས་ཇིའི་མ་མཁུལ།  
རིང་ནས་བསྐྱངས་པའི་ཉམས་ཆུང་སྤྱོད་བུ་བདག།  
གང་གི་རྟོགས་བཞིན་ཀྱན་དའི་མེ་རྟོག་འདི།  
ཀྱན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྱོད་དུ་སྤྱོད་པ་ལགས།  
དགེ་འདིས་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བའི་སྤྱོད་གི་གཙོང།  
དངོས་འཛིན་བྱུག་རྩ་མཁུལ་བཙོས་པའི་སྤྱོད།  
ཟླ་མེད་སྟོན་པའི་དམ་ཆོས་བདུད་ཅིའི་ཆབ།  
ལྷ་བཙུན་སྤྱོད་ཀྱི་གཙུག་ཏུ་དར་བར་ཤོག།  
སྤྱོད་ནས་བསྟན་ལ་གཅེས་པའི་ལྷག་བསམ་དང།  
འགྲོལ་བྱམས་བཙེའི་ཆོས་བྱེད་སྤྱོད་བུ་ཀྱན།  
བསྟན་འགྲོའི་དཔལ་དུ་ཞབས་བྱུང་བཞུག་པ་དང།



མཁའ་མཁའ་བཅུ་ལྔ་པའི་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་ལྟར་ཅིག །  
 འཛམ་གླིང་གསེར་ལྷན་ཡངས་པའི་ཁོར་ལྷན་ཏུ།  
 ལྷ་ཆོག་སྤྱོད་བསལ་ཡོང་བའི་འགྲོ་བ་རྣམས། །  
 འཆོ་བཤམ་ཆོས་འབྱོར་དབྱར་མཆོར་འགྲན་པ་དང་། །  
 རྒྱལ་ཁབ་སེམས་ཅི་བའི་དགའ་སྟོན་མཉམ་བར་ཤོག །  
 བདག་ཀྱང་མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་བློན་ལས། །  
 བདག་པས་གཞན་གཅེས་སྦྱོང་བའི་སེམས་མཆོག་དང་། །  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བྱང་འབྲེལ་གྱིས། །  
 བདག་གཞན་དོན་གཉིས་མ་ལུས་མཐར་ཕྱིན་ཤོག །  
 དེ་མ་ཐོབ་པའི་ཆོ་རབས་ཀྱན་ཏུ་བདག །  
 ཁྱོད་ཞབས་འབྲེལ་མེད་གཙུག་ཏུ་ཐོབ་པ་དང་། །  
 ཁྱད་པར་མཛོངས་དྲག་པོ་འཁོར་བསྐྱར་གྱི། །  
 དེགས་ཀྱི་སྤྱོད་པོ་དམ་པར་འབྱུང་བར་ཤོག །  
 མད་བྱུང་སྤྱོད་བཅས་རྒྱལ་བའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་། །  
 ཉེན་འབྲེལ་བསྐྱེད་པའི་བདེན་པ་དང་། །  
 བདག་གིས་རྟག་བསམ་དག་པའི་མཐུ་སྟོབས་གྱིས། །  
 རྣམ་དག་སྦྱོར་པའི་གནས་འདི་འགྲུབ་པར་ཤོག །

ཅེས་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་བསྟོད་ཆོག་དང་གསུམ་ཀྱན་དུ་བཞད་པའི་འོད་དཀར་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདི་ནི་རྒྱབས་མགོན་མཆོག་གི་བྱགས་རྒྱུ་ལྷན་འཆོ་བའི་གྱིན་བ་ལྷགས་པ་དཀར་ཆེན་སྤྱོད་བཟང་སྤྱོད་ཆོགས་སུ་འབྲོག་པས་རབ་  
 གནས་ལྷགས་སྤྱོད་འདི་ཐ་སྐར་ལྷ་བའི་དམར་ཕྱོགས་བཟང་པོ་གཉིས་པར་ཆོས་ལྷ་ཆེན་པོ་བཀྲ་ཤིས་ལྷན་པོ་དཔལ་གྱི་ལྷ་ཆེན་ཕྱོགས་  
 ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་གླིང་གི་རང་ཤག་སྤྱོད་བྱའི་ཁང་དུ་སྤྱོད་བྱིས་བྱིས་པ་འདིས་ཀྱང་ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་  
 རྒྱབས་མགོན་ཆེན་པོས་དབྱེས་བཞིན་རྒྱུ་འདི་ལྷ་ཁོར་རྒྱུ་ཅིག །



• 38 •

འབངས་ལ་བཏབས་པའི་ལྷ་ག་བསམ་གྱིས།  
 ཐབས་ཤེས་ལྷགས་ཀྱི་པོ་ཉ་བརྒྱས།  
 ཆོས་སྤྲོད་རྒྱུ་གསུམ་པོ་ཉ་ལྟོན།  
 བདེ་སྤྲོད་དཔལ་མའི་གཉེན་དུ་བཀྱས།  
 ཐུབ་བསྟན་ཉི་མ་སྤྲོད་བཞིའི་མཐར།  
 བཤད་སྤྲོད་འགྲོས་ཀྱིས་ཡོངས་སྤྲོད་བཞི།  
 ཆོས་སྤྲོད་པའི་ཆོས་བྱམས།  
 རྒྱུད་ཀྱི་བཀའ་ལུང་དྲོད་ཀྱིས་བྱིན།  
 འཇམ་མགོན་རིང་སྤྲོད་ཤིང་ཉི་ལམ།  
 དུས་ཀྱིས་དམོན་པའི་རྒྱལ་ཆགས་ཀྱང་།  
 ཕྱི་དོར་གནམ་གྱི་ཤིང་མོང་གིས།  
 བསྟན་ནམས་འཛིན་མའི་ཞིང་དུ་བཀོད།  
 ཐུན་པའི་རྒྱ་གམས་པའི་ཆལ།  
 དེ་དོར་གཞོན་གཞིག་དགེ་ལེགས་ཅན།  
 སྤྲོད་བཅོམ་རིག་པའི་ལྷ་བྱིན་པས།  
 ཐུན་ཁམས་སྤངས་བའི་གནས་སུ་བཀོད།  
 རྒྱུད་པའི་དཔུང་བཀའ་པའི་བྱ།  
 འཕྲུག་ཅོད་ཁ་མཆུ་གཞོན་པའི་ལམ།  
 མཛེས་གཏུགས་གདམས་པའི་བཀའ་གསུང་གིས།  
 མཐའ་དག་མཐུན་པའི་དམ་དུ་བཅེངས།  
 རྒྱུད་ཀྱི་གསུང་གསང་ཆད་མའི་བཅུད།  
 ལན་གཅིག་འཕྲངས་པའི་ཡིད་ཅན་ནམས།  
 ཁེངས་ལྷན་ཆེན་པོ་གཞན་གྱི་སྤྲོད་པས།  
 འཆོལ་བའི་རེ་བཀའ་དུ་བཅོམ།  
 དཔེན་དང་ཐུབ་མཐའི་ཁ་མཆུ་འབུམ།  
 མཐར་ཐེད་འཕྲུལ་གྱི་ཤུགས་རྒྱུ་པའི།  
 རྒྱལ་སྤྲོད་སྤྲོད་གི་མཆོད་པའི་ཞིང་།  
 མཐུན་སྤྲོད་མཐའ་པོ་རྒྱུ་པའི།

ངན་ཁྱེན་ཆུ་བོའི་རྒྱལ་བཞིན་དུ།  
 ཉིན་བཞིན་འཕེལ་བཟེལ་གཞོན་པའི།  
 མཆོག་གི་བསྟན་པ་རྒྱུ་གཞུང་ཡབ།  
 དུས་ཀྱི་སྤྲོད་པ་རྒྱུ་པའི།  
 བསྟན་འགྲོའི་ཆལ་ལ་སྤྲོད་པའི་འབྲས།  
 ཅང་མེད་སྤྲོད་སྤྲོད་ཀྱི་ཤིང་།  
 མིག་དཔེ་དགེ་ལེགས་འདོད་འཛོའི་དཔེ།  
 ཡིད་བཞིན་རྒྱུ་པའི་རྒྱུ་པའི།  
 མཛོད་ན་བསམ་སྤྲོད་སྤྲོད་པའི་ཞིང་།  
 མཉེས་གཞིན་བྱམས་པས་འཕྲུང་པ་ཡི།  
 སྤྲོད་པའི་བསྟན་པའི་བཀའ་པའི།  
 ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་རྒྱུ་པའི།  
 རྒྱུད་ཀྱི་འཕྲངས་པའི་རང་སྤྲོད་དག།  
 རེ་བའི་འདྲེན་ཐེད་བྱེད་པའི་མཐར།  
 མཆོམ་པའི་སྤྲོད་པའི་ཞིང་བཞིན་དུ།  
 མཐུན་པ་བཅུངས་པའི་དག་གིས་འབོད།  
 འདི་ན་མཆོད་པའི་རྒྱུ་པའི་འཕྲུལ།  
 མཛེས་འདོད་སྤྲོད་གི་མེ་ལྷེ་ཡིས།  
 ཡིད་ཀྱི་བྱེད་ཤིང་བསྤྲོད་པའི་ཀྱང་།  
 ཐུབ་བའི་མཐའ་དགོངས་སྤྲོད་པའི།  
 ཉིན་དང་བཞིན་པའི་འཕྲུང་འཛིན་ནམས།  
 སྤྲོད་པའི་མཐའ་ལྷན་པའི་ཀྱང་།  
 གནམ་གྱིས་བྱིན་པའི་འབྲས་བྱེད།  
 འཛོལ་པ་བསྟན་པའི་ལ་དགོངས།  
 ཀྱི་དུད་ཡེས་དང་གདོད་པའི་མགོན།  
 སྤྲོད་པའི་རང་གི་རྒྱལ་སྤྲོད་དུ།  
 སྤྲོད་པའི་ཆོས་ཀྱིས་དབང་བསྟན་པའི།  
 དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱུ་པའི་འཕྲུལ་ལོ།



## བླ་མ་གྲུང་མཆོད་པའི་མེ་རྟོག

བླ་མ་གྲུང་མཆོད་པའི་མེ་རྟོག (མཆོད་མེ)

ཟླ་བལ་མཆོད་རབ་འོད་དཀར་སྒྲུང་བའི་ཆ།  
ཆ་ཤེས་ཡོངས་རྒྱུ་ལེགས་བཤད་གཏེར་གྱིས་རྒྱལ།  
རྒྱལ་ཀུན་ཡབ་གཅིག་གངས་རིའི་མགོན་པོ་ཀྱེ།  
ཀྱེ་དྲུང་བླ་མ་པའི་མ་བཟོད་ལན་གཅིག་མཆོད།

མཆོད་པའི་དགེ་བ་འདི་ཡིས་འགྲོ་བ་ཀུན།  
ཀུན་མཆོད་སྒྲུང་མའི་གསང་གསུམ་ཉི་འོད་གཟི།  
གཟི་བྱིན་སྒྲུང་བ་འབྲུམ་གྱི་ལྷ་ལྷོ་བས།  
ལྷ་བས་ཆེན་མི་ཡི་ཚུལ་འཛིན་མགོན་པོ་དྲུང་།

བླ་མ་པའི་གྲུང་དབྱངས་སྒྲུ་གཏེར་སྒྲུངས་པས།  
བས་མཐར་འབྲུམས་པའི་མ་དག་གྲུང་པའི་འགྲོ།  
འགྲོ་ཀུན་འདི་ཡི་དོན་ཆེན་ཁུར་བཞེས་མཁན།  
རྒྱལ་བསྐྱེད་སྒྲོག་གི་དབང་པོ་སྒྲུང་ཡང་དྲུང་།

མཐར་ཐུག་ཐར་བའི་གོ་འཕང་ཐེམ་སྒྲེས་ཅེར།  
ཅེ་གཅིག་ཏིང་འཛིན་བསྐྱེད་པར་སྒྲིང་ནས་དད།  
དད་གསུམ་སྒྲིམ་པ་བྲང་ཁར་སྒྲུར་པའི་རིགས།  
རིཌ་མཐུན་བོད་མའི་དབྱང་གཉིན་གཅིག་ཕུ་དྲུང་།

བླ་མ་གྲུང་བཟོ་མའི་འབྲོ་བ་འདི་སྒྲོག་ཆོ།  
ཆོ་འདིར་དངོས་གྲུབ་སྒྲུ་ལ་མཐུ་མཆུང་།  
ཆུང་ཆུང་བྱིས་པའི་གཏམ་གྱི་རང་མདངས་སྒྲོ།  
སྒྲོ་མིག་དོག་པ་ཁོ་བའི་ངག་ལས་ཐལ།

ཐལ་འགྲུར་གཅིག་གི་གོ་དོན་མེ་རྟོགས་ཡང་།  
ཡང་ཡང་བླ་མ་གྲུང་བཟོ་མའི་རབ་མནན་པ།  
པ་སངས་ལྷ་ར་དཀར་ལྷག་བསམ་དག་པའི་ངང་།  
ངང་ཚུལ་རི་མོར་བཀོད་ལ་དགོངས་མཛོད་ཅིག།

—པཎ་ཆེན་སྐུ་ཁྲིའ་བརྒྱ་བ་ལྷན་སྐྱབ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་མཆོག་ལ།

བདེ་ལྷན་ཁིང་མགོན་ཆུལ་བའོད་སྤངས་མཐའ་ཡས།  
གངས་ལྗོངས་འགྲོལ་ཐུགས་རྩེ་ཉེ་བར་ཆགས་ཏེ།  
མཚན་དཔེའི་སྤྱང་བཞིངས་པ་ཤ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ།  
ལྷན་གྲུབ་ཆོས་ཀྱི་ཆུལ་མཚན་སྤྱིང་ནས་དབུ་ལོ།

ཁྱེད་སྐུ་གང་ས་རྒྱུང་ས་མཛོལ་རྒྱན་གཟི་བཟིང་དྲན་ནོ།  
 ཁྱེད་གསུང་རྒྱལ་མིན་འབྱིན་པའི་འཕྱུལ་ཐབས་དྲན་ནོ།  
 ཁྱེད་ཐུགས་ཀུན་ལ་འཇུག་པའི་ཡེ་ཤེས་དྲན་ནོ།  
 ཁྱེད་ཀྱི་མད་ཁྱུང་མཛོད་འཕྱིན་ཅུས་སྟོབས་དྲན་ནོ།

ལུས་མེད་སྤྲོད་དུང་ན་ཚོད་ཆེས་ཆེར་དར་ནས།  
 བྱང་སྟོགས་སྤང་མིན་ནག་པོས་ཁྱུར་མིང་བརྩམས་ཆོ།  
 ཁྱེད་ཉིད་གཅིག་ཕྱིར་མཐུ་རུས་མེ་ལྷུ་མ་འོད་ཀྱིས།  
 ཁོར་ཕྱག་ཡོངས་སྤྱབ་སྤྱངས་པའི་འོ་བརྒྱལ་དུ་བློ།

གདོང་དམར་བསྟན་འགྲོ་ཉམ་དམའི་དོང་ན་གནས་སྐབས།  
མཇེད་འཕྲིན་དོན་ཡོད་ཞགས་པ་རྒྱུང་ཐེངས་གཅིག་གིས།  
ཐོད་དང་ཐོད་བརྒྱད་ཆོས་རིག་མིང་དོན་ལྟུལ་མཆོད།  
སེམས་སྒྲུབ་བསྐྱེད་ས་པའི་བཀའ་འདིན་དྲན་པོ།

ཐུགས་ཐུགས་བསྐྱེད་གོ་ཆ་བཏན་པོ་བཞོས་ནས།  
ཆོས་གསུམ་མཐའ་དབུས་ཞབས་བྱང་འཁོར་ལོས་མནན་ཏེ།  
ཆོས་དང་སྤྱི་དང་ལྷན་འདྲི་དང་འདྲུ་ཞེས།  
ཕ་ཞིབ་བཀའ་སློབ་གནང་ཚུལ་བཅེ་གཟིགས་དྲན་ནོ།

སྤྱི་ཞིག་གང་ས་རིའི་སྤྱོད་སལ་བསྐྱེད་ནམས་ཆེ་ཡང་།  
ཁྱེད་ལ་ཁྱེད་དང་འདྲ་བའི་དཔུང་རྣམས་སྤྱི་ཁྱེད་ཀྱང་།  
ཆོས་ཉིད་ནག་པོ་ཞིག་གི་ཁ་ཚུགས་འོག་ནས།  
བོད་འབངས་སྤྱི་མཐུན་སྤྱི་ལ་བྱུག་ཏུ་ཐེབས་པ་།

དགྲུང་གི་ཉི་མ་ཐུབ་པའི་ཕྱི་སྤྱོད་ཐུན་པ།  
ཉིན་རེར་ལན་རེར་འཐེབ་དྲངས་རེས་མོས་ཡིན་ཀྱང་།  
མི་ཡི་ཉི་མ་ཐུབ་པའི་སྤྱི་གི་ཐུན་པ།  
སངས་པའི་དུས་ཤིག་སྤྱི་དམ་ཁྱེད་གཟིགས་ཆེན་པོ།

གང་ས་རིའི་སྤྱི་གི་མཁར་ཁྱེད་ཉིད་དྲན་ཐེངས་རེ་ལ།  
སེམས་ཀྱི་མཁར་མི་འཐམ་རང་དབང་མི་འདུག།  
ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུ་འོད་ལྡན་གྱི་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་ནས།  
ཕྱི་ཐུགས་རྒྱུ་འོད་ལྡན་མཛོད་ཅིག་སྤྱོད་སལ་མགོན་དམ་པ།







བྱིད་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་གཏམ་རྒྱད་ཡོད་ཚད།  
བྱུག་ཆོར་འཆད་ཞོར་བྱིད་ཉིད་བྲན་གྱིན་མཆིས།  
པཎ་ཆེན་ལགས། ཡུལ་མི་རྒྱམས་ལྷན་བཞེན་འབྱོར་བའི་སྤྲོད་ཁེངས།  
གཉོམ་ལག་རྒྱས་པས།  
རྩལ་རྒྱུད་ལྷུངས་ཁྲག་ཉན་དུ།  
འཆོ་བར་བསྟེགས་བཞེན་ཡོད་ཚད།  
ཐོབ་པ་ཉུང་ཁེངས་ཤོར་བ་ལྷན་ལས་མང་བས།  
ངས་བྱིད་ཉིད་བྲན་ཞོར་བྱིད་ལ་སྤྲོད་ན་འདོད།  
པཎ་ཆེན་ལགས། ང་དང་ངའི་གྲགས་པོ་ཆོས།  
ལྷ་རྒྱུས་ཀྱི་དེབ་ཐེར་སྤྲོད་ནས།  
བྱིད་ཀྱི་མཛད་ཟེས་དང་རྒྱམ་ཐར་སྤྲོད་གིན།  
བྱིད་ཀྱི་བཀའ་བྲིན་དང་བྱུགས་ཟེ་ཕྱོང་གིན་ཡོད་པས།  
ང་ཆོས་བྱིད་ཉིད་བྲན་ཞོར་བྱིད་ཉིད་འཆད་གྱིན་ཡོད་པས།  
པཎ་ཆེན་ལགས། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་གི་བཤོད་ལམ།  
འགྲན་ཚོད་དང་ཇ་བྲག་གི་ཁེངས་ཤིང་།  
མདུན་བསྐྱོད་ཀྱི་གོམ་སྒྲ་གང་ལའང་དཀའ་སྒྲུག་གི་ཁེངས་ཚོད།  
ང་ཆོས་བྱིད་ཉིད་བྲན་ཐེངས་ནེར། ཉམས་མེད་ཀྱི་སྤྲོད་པས་བྱུགས་ཞིག  
འགྱུར་མེད་ཀྱི་བསམ་མཁོ་ཞིག  
ད་དུང་ མང་པོ་ཞིག་ཉོགས་བྱུང་།

## ལྷ་ཟླ་དྲན་པའི་གདུང་དབྱངས།

——པཎ་ཆེན་སྐུ་ཕྱིར་བཅུ་བ་མཆོག་རྗེས་སུ་དྲན་པ།

ཐག་དཀར་དཀོན་མཆོག་གུ་མཚོ། (མཚོ་ལྗོ)

ལྷ་ཟླ་དཀར་པོ།

སྤྱི་དགའི་དབྱང་གཉིན་དུ་བཞེངས་པའི་འོད་དཀར་རྒྱུ་མཛེ།

རྒྱ་སྐར་གྲངས་མེད་ཀྱི་ཁོངས་གསལ་ན་འཇུག་དུས།

ས་ཆེན་པོ་ང་ཚོའི་ཞིང་ཁམས་ཡིན་ལ།

ཅུག་ཅང་བོ་ང་ཚོའི་མཆོད་ཆང་ཡིན།

ཟླ་བ་མཁའ་དབྱིངས་ནས་སྒྲོ་བྱུང་ཡིབ་དུས།

རྒྱ་སྐར་ཁྱིམ་གསལ་ཤུགས་སྒྱུ་གྱེར་ཞིང་།

སྤྱོད་བཅུད་ཀྱི་རོ་གདོང་ལྷ་ངན་གྱི་མིག་རྒྱས་བསྐྱེད།

སེམས་པའི་གཡོ་སྒྱུ་མ་དང་།

ལྷ་ངན་གྱི་ཤུགས་སྒྱུ་དྲག་པོ་ས་ཆེན་གྱི་གཏིང་རིམ་ནས་མཁའ་ལ་མཆོད།

ལྷ་ཟླ་དཀར་པོ།

བརྗེད་དཀར་བའི་མཛེད་འཕྲིན་གྱི་འོད་སྒྲུང་རེ་རེ།

མི་ཡུལ་དུ་བཞག་པའི་སྤོ་མཆོག་ཡིན་ན།

དཔག་དཀར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྟོགས་བརྗེད་རེ་རེ།

ང་ཚོར་བཞག་པའི་དྲན་ཤིང་ཡིན།

གྱེ...སེམས་ཁོང་གི་ལྷ་ཟླ་དཀར་པོ།

ཐུན་པ་དང་ཐུན་པར་འཐབ་པའི་འཇིག་རྟེན་ན།

ཁྱེད་ཀྱི་རྟོགས་བརྗེད་ལ་སྒྲོན་སེམས་ཀྱི་མེ་རྟོག་གཏོར་གྱིན།

ཁྱེད་ཀྱི་འོད་སྒྲུང་ལ་རེ་སྒྱུག་གི་ཟླ་བ་ཅེག་བཞིན།

ཉམ་ཐག་པའི་ང་ཚོ།

ད་དུང་ཐུན་ཁྲོད་ན་འཚོ།

དེ་བས། འོད་དཀར་གྱི་ཟླ་གཞིན།

མཁའ་དབྱིངས་ནས་སྒྱུར་དུ་འཇུག་ཤོག།

# ཉམས་ལེན་གྱི་ཐུགས་སྒྲུབ་པ།

——དབྱངས་ཅན་ལྟ་མོའི་སྒྲུབ་པ་ལ་ཉན་པའི་ཆོར་སྒྲུབ་པ།

ལྷོ་ཆུ་མེལ། (ཁྱི་ཁྱུ་ལྔ་པ་)

ཞོགས་པའི་ཉི་ཟེར་གྱིས།  
ཁྱེད་ཀྱི་མེད་ཀྱི་ཞུ་ཞེས་བཀའ་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།  
མེས་པའི་ལྟ་མོ་ལྟ་མོས།  
ཁྱེད་ཀྱི་མེས་སྒྲུབ་ཀྱི་ངང་གཤེས་ཡང་ཡང་བཞུགས།

དབྱངས་ཅན་ལྟ་མོ། སངས་མོ་འདིས།  
ཁྱེད་ཀྱི་ཀླུ་མེས་ཆུང་ཆུང་སྒྲུབ་ཉན་ནས།  
ཁྱེད་ཀྱི་མེས་ཆོས་བརྟེན་པའི་ཡུལ་མེས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཅིག་  
དྲངས་གཙང་གི་མེས་པའི་སྒྲུབ་པའི་ཉན་ནས་ལོ་རྒྱུག་ཆོད་ཕྱིན།

ཡུན་རིང་གི་མེས་སྒྲུབ། ཕྱི་ཆུང་མང་པོ་ཞིག་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པར་སྒྲུབ།  
ཁྱེད་ཀྱི་མེས་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲུབ་པ།  
མེས་པའི་ཉན་ནས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲུབ་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།  
སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།  
སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།

རིག་ཕྱིན་གཙང་གི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།  
ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཤིང་།

ཁྱོད་ནི། ལྷ་ཐང་དང་གངས་ཆབ་ཀྱི་དྲན་པའི་སྒྲོང་ན།  
ཆུང་བྱས་ཀྱང་ཟིན་ཐབས་བྲལ་བའི་སྒྲུལ་ཤམ་ཤམ།  
གསང་བའི་དབྱངས་འགྲོས་ཀྱིས་འབྲིལ་བའི་བྱར་མིག་འཕྱག་འཕྱག  
ཡང་ཆོད་འཛིན་སྒྲིག་ལ་འབྲིལ་བའི་དར་གོས་ལྷ་བ་ལྷ་བ།

ཕ་མཐའ་བྲལ་བའི་ཆོས་གཞི་འཁྱར་ཁྱུགས་རེ་རེ།  
ཞིམ་མངར་གྱི་རྒྱ་ཆང་དང་ཡ་མའི་བྱ་ཞོ་ལྷ་བ་བཟུར་བས།  
ཟད་ཅིང་ཆད་ལ་ཉེ་བའི་ཆོ་ཁག་ཅིག་གི  
ནམ་ཤེས་ཀྱི་དབྱགས་རྒྱན་རེ་རེ་སྤར་ཡང་མཐུད།  
ཐུགས་རྩེ་ཆེ། ཤམ་རྩ་ལའི་བྱ་མོ།

ས་གཞི་དང་ནམ་མཁའ་ཐུན་པས་སྒྲེལ་བའི་མཆན་མོ་རེར་ཡང་།  
བཙེ་བའི་ཕྱག་གིས་འདར་བའི་ཁྱོད་ཀྱི་སྐར་ཆོམ་གྲངས་མེད།  
ཐུགས་གཞི་མི་ལམ་དང་དྲན་པའི་གཙང་བོར་ཡང་ཡང་འཐོར།

དབྱངས་ཅན་ལྟ་མོ། ད་ལྟ་ལྟ་བུ་དག་པ་ཞིག་ཀྱང་།  
ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲ་སྐད་དང་རོལ་དབྱངས་ཀྱི་ཕྱེན། ཁྱེད་མེད།  
དག་འཛྱོལ་དེས་མའི་དྲང་བསྐབས་མོ་ཞིག་གིས་སེམས་པ་བསྐྱོར་ཏེ།  
ཁྱོད་ཀྱི་རི་ཁྱུང་དང་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་ངོགས་སུ་ཐིམ་པར་ཚོམ།

༡༠༠༩. ༤. ༡༧ ཁྱོད་ཁྱེད་སྤྱོད་ལྷ་བ་ནས།

# དགེ་ལེགས་འདོད་འཛིན་བྱམ་བཟང་།

ཤེས་ཚད་ཚུལ་ཁྲིམས།(ཀན་སྟོ)

རབ་འབྱམས་ཀྱི་ལྷན་པུས་མཆོག་དབྱངས་ལྡན་མའི།  
ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་མཆོད་རྟེན་བར་ཡོངས་འབྱུང་བས།  
བྲམ་མེད་གསང་གསུམ་ནོར་བུ་འབྱམས་ཕྱངས་ཏེ།  
བདག་ཡིད་འདོན་མར་བྱིན་ལྷན་པུས་འདབ་འཕྲེང་གཏོར།

མཆོག་མཆོག་ལྷན་པུས་མཆོད་རྟེན་གས།  
ཆོས་དཀར་ངང་བའི་ཀྱུ་པོ་ཆར་དངར་ཞིང་།  
སྐྱོན་ཤལ་དབང་ཚོགས་ཐིག་ལེ་རྒྱུ་པོ་ལ།  
རིན་ཆེན་ལྷན་པུས་རི་དྲགས་མཆོན་མས་མཛེས།

སྤྱི་མེད་ཡེ་ཤེས་མཆོག་གི་དཔལ་ཉྱེར་གང་།  
མཁུན་པའི་མཆོད་ཁབ་ཏུ་ལེགས་བཞུགས་ནས།  
སྤྱི་ལེགས་ངག་གི་སྤྱོད་པ་ལྷན་སྦྲུལ་དང་།  
བཏོད་བཞུགས་སྤྱི་བའི་མེ་ཏོག་མཁའ་ལ་འཛོར།

ཕྱག་སོར་རྒྱན་པའི་ཡལ་ག་གཡོ་བའི་ཆེར།  
བུར་རྒྱུད་མང་ཕྱེད་རྒྱུད་མེ་འགྲུ་ལས།  
ཟབ་གསང་དེ་ཉིད་རྟོགས་པའི་དབྱངས་སྐྱོན་གྱིས།  
ལུས་ཅན་སེམས་པའི་བཅོམ་དགའ་ཅི་ཡང་སྤྱོད།

མད་བྱང་དཔག་དཀའི་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་གྱི་ཆ།  
རོ་འཛིན་འབྱམས་གྱིས་བཙོན་པའི་སྐལ་དམན་ཡང་།  
ནམ་དག་དད་པའི་ཉྱལ་བསམ་གྱི་ཕྱི་ཆེས།  
ཆེ་བའི་བསང་གཏོར་བྱན་ལ་འགལ་བ་ཅི།

རབ་ཡངས་བྱང་ལ་མཛེས་པའི་འདོན་གང་།  
མཐའ་བྱལ་གྱི་གསལ་སྒྲིག་མོད་མཚུལ་ངོས།  
དཀར་མཛེས་རྒྱ་ཁྲུང་རྒྱུད་གིས་སྦྱོད་པ་བཞིན།  
ལྷེ་ལྷེ་མེ་ཅན་པའི་རྣམ་པ་ཡིད་གར་འོང་།

མཆོན་དཔེ་དཔལ་གྱི་ལྷ་ཡི་ལམ་ཡངས་ནས།  
སྤངས་རྟོགས་རྒྱ་ཁྲུང་བྱམ་པའི་དར་གོས་མཛེས།  
བྱགས་རྩེ་སྤྱི་བྱི་མེ་ཏོག་ལེགས་བསྐྱེལ་བས།  
སྤྱི་ཞེད་རྒྱུད་པ་མིང་གི་ཉྱལ་མར་བཙོན།

ཕྱག་ལུས་གདུ་བྱ་དཔྱིད་ཀྱི་མོ་ཉ་མས།  
འཇིག་རྟེན་སྤྱི་དབྱེད་ཡིད་དབང་འཕྲིན་ཕྱེད་ཅིང་།  
དལ་གྱིས་རྒྱ་བའི་གོ་མ་སྤྱོད་པའི་བའང་།  
གཡས་འབྱུང་འོ་མའི་མཆོད་པ་ངང་མ་བཞིན།

བཟང་ལས་དྲི་ཟེའི་ན་རྒྱུད་མཛེས་མའི་དབྱས།  
བཅུ་དྲུག་ལང་ཆོད་འཛིན་གྱི་དཔལ་སྤྱོད་མས་ཤིང་།  
སྤང་ཅིད་རྒྱལ་མཆོན་གདན་ལ་ལེགས་བཞུགས་ཏེ།  
དོན་གཉིས་ལེགས་ཆོགས་དགའ་སྦྱོན་སྦྱེལ་བ་མང་།

ལྷ་རྩེས་པུལ་ཀའི་གོས་བཟང་གིས།  
རྒྱུད་གི་རྒྱལ་མཆོན་ཁ་དྲོག་དམན་སར་འགོད།  
འཛུམ་ཞལ་པད་དཀར་མོན་པའི་བ་གམ་ནས།  
བསྐྱེད་ཞེས་པ་ལ་ཡི་དྲི་ངད་ལྡང་།

གནག་སྐྱུ་མ་བྱུར་ཕུད་ཐོར་ཅོག་ལན་བྱུ་།  
རིན་ཆེན་ཇ་ཉིད་མེ་ཏོག་ཕྲེང་བ་དཀྱིས།  
དུས་རིང་སྤྱི་འཕྲིན་ལྷན་པུས་དགའ་ཆལ་ན།  
འདོན་ཕྱེད་བྱང་བ་གཞན་རྩ་ཀེམ་ཀེམ་གཡོ།

ནོར་འཛིན་སྒྲིག་མོད་མངལ་ལས་ཉེར་འབྱངས་པའི།  
རྒྱ་སྤྱོད་ཆོགས་རྣམས་དུས་ཀྱི་དབང་ལྷན་ལྷན།  
ཁྱོད་ཞལ་པད་མ་གཞན་རྩེ་ལང་ཆོད་དཔལ།  
འགྲུ་མེད་སྐལ་ལྡན་དད་པའི་དཔྱིད་ཏུ་སྤྱོད།

སྲིད་གསུམ་མཛེས་པའི་དཔལ་ཀྱན་གཅིག་བསྐྱུས་པའི།  
མད་བྱང་རང་བའི་བྱ་མོའི་སྒྲུ་ཡིས་ནི།  
སྲིད་བལ་སྒྲོན་མཁའ་རི་ཁོང་འཛིན་པ་དང་།  
རབ་དཀར་གངས་རིའི་ལྷན་པོ་ལན་བརྒྱར་པམ།  
རོ་མཆར་ལྷགས་ཡངས་པད་མའི་དགའ་ཚལ་ན།  
རི་སྒྲིབ་ཤེས་རིག་སྒྲུང་ཅིའི་དྲག་པ་འཛིན།  
སྒྲོ་ཕྱོད་བྱང་བས་གཤོག་བྱང་རབ་བརྒྱངས་ནས།  
དོན་ལྡན་ལེགས་བཤད་ལུས་ཅན་བསོད་ནམས་དཔྱིད།  
འཕྱར་བྲག་དབྱངས་བདུན་གཞན་ལྡན་ནམ་གཅོད་ཀྱི།  
གཤགས་སྒྲན་མདོངས་མཐའ་སྒྲིག་མོའི་སྒྲོས་གར་ལས།  
སྲིད་ཞིའི་རབ་འབྱམས་འཕགས་མའི་རི་སྒྲིམ་ཆོགས།  
མི་མཛོན་སྒྱུར་ས་ནས་ཕྱོས་པ་མ་ལགས་སམ།  
ཡེ་ཤེས་ལྷ་སྒྲུབ་ཞེན་ལེགས་སྒྲུ་མའི་འཕྱལ།  
རག་ལ་རག་གི་དཔལ་སྒྲེར་ཆངས་སྐྱས་མའི།  
ཟག་མེད་མགྲིན་པ་ཡོངས་སྒྲིབ་འཁོར་ལོ་ལས།  
ཆོས་ཕུང་བརྒྱད་ཁྲིའི་དབྱངས་སྒྲན་ན་བར་འཛེབས།  
ལས་ཉོན་ཆུ་སྲིན་ཅེན་པའི་ན་གྲའི་གྲང་།  
མཁས་མང་སྒྲུབ་གྲུགས་འཛིན་པ་བཟང་ཡས་ཀྱང་།  
སྒྲོ་ལྡན་དད་པའི་ལྷ་ཡི་ལམ་ཡངས་ནས།  
བདེ་དགའི་འོད་སྒྲོལ་སྒྲེར་བ་ཁྲིད་ཀྱི་བྲགས།  
མཁྱེན་བཅོམ་བཅུ་གཉིས་བདག་པོའི་གཟི་བྱིན་གྱིས།  
མ་རིག་བྱུང་གསུམ་ལྷ་བའི་ལམ་དུ་བསྐྱལ།  
གཞན་པན་འཕྱིན་ལས་སྒྲིང་བཞེར་རྒྱ་བཡིས།  
འགྲོ་ཀྱན་ཐར་བའི་བད་ཚལ་ནམ་པར་སྒྱུར།  
རབ་འབྱམས་མདོ་ལགས་ལྷེ་བཞེའི་རྒྱ་ཕྱང་ཀྱན།  
བྲགས་དཀྱུལ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱུ་ཕྱར་ཡོངས་འབྱེའི་ཁྲིང་།

ལེགས་བཤད་ལྷ་པས་སྒྲེར་མཁའ་རུ་འཕྱོ་བ་དང་།  
སྒྲིབ་བལ་ཟབ་རྒྱས་སྒྲོན་བཅུད་སྒྲང་བརྒྱན་འཆོར།  
ཀྱན་སྒྲུར་དམིགས་རྒྱའི་ཕྱི་རུ་མི་འབྲངས་ཤིང་།  
མཁྱེན་གཉིར་ཉ་རུ་མན་ཐའི་འཕྱལ་བརྒྱན་ནས།  
བདག་འཛིན་ཕྱར་གསལ་འབྲོད་སྒྲོག་བརྒྱག་བྱེད་པའི།  
མཆོག་གི་དེོས་བྱ་བསྐྱེད་ཅིག་ཆངས་སྐྱས་མ།  
ལྷག་བསམ་རྒྱ་འཛིན་དཀར་པོའི་བགམ་ནས།  
བཅོམ་ཆེན་ག་བྱར་ཐིགས་སྒྲེར་ལེགས་འཛོམས།  
བདག་སྒྲོ་རྒྱ་མཆོའི་གོས་ཅན་པར་བ་རུ།  
རིགས་ལམ་རྒྱ་སྒྲིམ་མགོ་ལྷག་ལྷམ་པར་མཛོད།  
སྒྲེ་མེད་མཁྱེན་བཅོམ་ལྷ་ཆེན་རལ་སྒྲོང་ནས།  
གནས་ལུགས་དོན་དམ་རྩ་རྩའི་བྱ་མོའི་རྒྱན།  
བསམ་སྒྲུར་ལྷ་གོ་ར་ཐའི་དཀར་བྲུབ་ལས།  
ཀྱན་རྟོག་ཉི་མའི་གངས་རི་བརྒྱན་པར་མཛོད།  
བརྗོད་ཉི་ག་ནང་དོན་གཉན་ཆོགས་སྒྲོས་གར་དང་།  
སྒྲོ་སྒྲན་སྒྲན་ཅིས་མཛོན་བརྗོད་ལྷེ་བསྒྲུར་བཅས།  
གངས་སྒྲོངས་བཅུ་བྲག་རིག་པའི་དར་པོ་ཆེ།  
སྒྲོ་ལྡན་གངས་རིའི་སྒྲོ་ལ་བསྐྱེད་བར་མཛོད།  
སྒྲེ་དབྱངས་ལྷ་མཆོག་ཁྲིད་སྒྲུ་ཁི་འདྲ་དང་།  
འཁོར་དང་སྒྲུ་ཆེའི་ཆད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་།  
ཁྲིད་ཀྱི་མཆོན་མཆོག་བཟང་པོ་ཁི་འདྲ་བ།  
དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འཕྱར་བར་ཤོག།  
ཁྲིད་ལ་བསྐྱེད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས།  
བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་སྒྲོགས་དེར།  
ནད་དང་དཔུལ་ཕོངས་འཐབ་ཅོད་ཞི་བ་དང་།  
ཆོས་དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛོད་དུ་གསོལ།



རྩ་མཉམས་ལུས་བཀའ་(ཉ་མ)

མཚན་ཉེན་དཀར་པོ།  
 མཛེས་ཤིང་ལྷན་ཆགས་པའི་མཚན་ཉེན་དཀར་པོ།  
 རབ་རིབ་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱ་ལས་ནས།  
 བྱོང་གི་མིང་ཡིག་ནོར་མི་སྤྲིད་ལ།  
 ཁ་བ་འབབ་ཐེངས་རེར།  
 བྱོང་གི་དཀར་མདངས་ཉམས་མེ་བྱུག།  
 མཚན་ཉེན་དཀར་པོ།  
 རིས་མེད་ཀྱི་འགྲོ་བ་མང་པོས།  
 བྱི་འབོད་དང་མིག་ཆུང་ལྷང་།  
 གཡའ་དག་པའི་གངས་རི་བཞིན།

བྱོང་གི། བོ་ཉ་ལའི་ཡང་ཐོག་གི་རྒྱ་ཕེབས་མཚན་  
 པོའམ།  
 ཡང་ན། ང་དང་དད་ལྡན་འགྲོ་བའི་རེ་སྒྲོན་གྱི་ལུ་ཉིག་  
 དཀར་པོ་ཡིན།  
 མཚན་ཉེན་དཀར་པོ། བྱོང་གི།  
 རབ་བྱུང་བའི་ཆོགས་གྲུ་ལ་ན་འཛོལ་བའི་དམིགས་བརྩེ་མའི་  
 གདངས་དབྱངས་སྒྲན་མའི་འབྱུར་བྲག་ཡིན་ལ།  
 གསོལ་འདེབས་ཀྱི་མདོ་ཐེང་འཛོན་པའི།  
 ཡམ་འི་གདོང་གི་མིག་རྒྱ་ཡིན།  
 མཚན་ཉེན་དཀར་པོ།  
 རྒྱ་བྲག་གི་སེན་རྩེས་པ་བའི་དུར་བྱོང་ལྷང་བ།  
 སྒྲན་གོམས་ཀྱི་རིགས་ལ་ཞེན་པའི་རྩེས་ལུས་ན་བྱུག།  
 མག་མོག་འཇིག་ཉེན་ན་ཆེས་མཐུག་ཀྱང་།  
 བྱོང་གི། ས་སྒང་གི་སྐར་མ་འོད་ཆེན་དེ།  
 ངའི་སེམས་ནང་གི་མཚན་ཉེན་དཀར་པོ་ཡིན།

## ཞིས་ཆོག་དག་གི་རོལ་མོ།

——《རྩ་མཉམས་ལུས་བཀའ་》འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་ནས་ལོ་འཁོར་བཞི་ལྷན་པར་ཉེན་འབེལ་བྱ།

འདྲ་ཆོས་ལྟ་བུ།

བྲགས་བཟུང་དམ་བཅའ་མི་འབྱུར་རྩ་རི་ལ།  
 ལྷག་བསམ་རྩ་འཛིན་དཀར་པོས་ཡོངས་འཁྱུད་པས།  
 ལེགས་བྲས་བྱ་ཆར་གསར་བའི་རྒྱལ་ཕྱོང་འདིས།  
 གཟུར་གནས་སྤྱི་འཛིན་ས་གཞིའི་རྒྱན་ཏུ་ལྷན།

སྒྲན་ཏུས་སྒྲན་བྱོན་མཁས་མང་བཞི་གནས་ཡང་།  
 ད་སྐབས་གནས་སྤངས་གསར་བའི་གོམ་འགྲོས་དལ།  
 རྒྱ་གསར་རྒྱ་མོ་འབྱེད་བྱེད་ཞེ་མིག་བཞིན།  
 ཏུས་འདིའི་ཏུས་དེབ་གསར་རྒྱང་འདི་ཉིད་བཟུགས།

## འདུན་པ་མེད་པའི་འཇིག་འཕྱུར་ཡོང་།

——ཕུ་བོ་གཉིས་པའི་ཁ་པར་འབྱུང་རྒྱུ་

ཁྱེད་ཀྱི་མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་ (མཚོ་ལྷོ་)

མེད་པའི་མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་  
དུས་ཀྱི་མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
འཇིག་འཕྱུར་ཡོང་པའི་མཉམ་པ་  
སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་

མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་  
མཉམ་པ་སྒྲུབ་པའི་མཉམ་པ་



ངོ་བོ་གཞན་དུ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ཞིག”ཟེར།  
ལམ་འཆོལ་བའི་སྐྱེ་བོ་སྤྱི་ཞིག་ཡིན་ཅུང་།  
ཞབས་ཐེས་གསལ་པོ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་རྟེན་དགོས་ལ།  
ནམ་རྟོག་མང་བའི་མེ་དེ་རིགས་ནི།  
འཆོ་བ་ཞིག་གི་བརྗོད་བྱ་པ་ལ་བཞིན།  
ལམ། ཞབས་ཐེས། ནམ་རྟོག་  
རྟོག་པ་རབ་རིབ་ཏུ་ཐུར་སོང་ན་དག་ཟོང་།  
དུང་བར་གཏོང་མཁན་གྱི་སྒྲོགས་དེར་གོ་མ་པ་སྤྱོད་ན་འགྲིག  
ཟུང་རིང་གི་སྤྱོད་པོས།  
“བཞོད་ལམ་བདེ་མོ་དེར་ཁ་མ་གདངས།  
འཆོ་བ་ནི་སྒྲོགས་ཐུར་ཁོན་ཉེ། ང་ཆོས་མཐོང་བ་ནི་མངོན་ཐུར་ཅམ་ཡིན”ཟེར།

ཐལ་མདོག་གི་ལོ་ཟླ། འཁྱོད་གདུང་གིས་ཐོས་སོང་།  
སྤྱི་ལོ་ཉིས་ལ་དུང་བར་གཏོང་མཁན་མཆོམས་སྤྱོད་བྱས།  
ཟུང་རིང་གི་སྤྱོད་པོས།  
“ཁྱོད་ནི་ཁྱོད་ཉེ། ལམ་བཟོ་མཁན་ཞིག་ཡིན”ཟེར།  
ཁྱེད་མེད་བསྐྱེད་ཀྱང་།  
སེམས་ཀྱི་ཁོང་གསེང་ནས་འདུན་པ་མེ་རི་བཞིན་འཕྱར་ཡོང་།



# སེམས་ཀྱི་དབྱངས་རྒྱ།

—ཀན་བཟུན་པ་ཆོས་འཕེལ་ཚང་ལ་ཕུལ།

རྩ་ན་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ། (རེབ་ཤོང་)

མཚན་དཔེའི་ལང་ཆོ་རབ་ཏུ་ཚོགས་པའི་དྲུང་གི་འཕྲི་ཤིང་ལྗེས་འདྲེའི་སྒྲ།  
པེ་ལང་དཀར་པོའི་གདངས་དང་འབྲེས་པའི་ཆོས་ཀྱན་དབྱངས་སྤྱུ་འགྲུག་པའི་གསུང།  
མལུས་སེམས་ཅན་ཀྱན་དང་ལྷག་པར་དག་རིག་མཁན་ལ་བཅེ་བའི་ཐུགས།  
ལྷག་པའི་ལྷ་མཆོག་ཆངས་པའི་སྤྲུལ་མོ་བྱང་འི་མགིན་པའི་རྒྱན་དུ་བྱོན།

བཀའ་པོད་རྣམས་ལྗེའི་དགོངས་དོན་མཐའ་དག་ལག་པའི་རྩིས་བཞིན་གསལ་བར་གཟིགས།  
བྱམས་བཅེའི་འོད་ཀྱི་ཟེགས་མ་དཀར་པོ་མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་བ་ཀྱན་ལ་སྒྲོམས།  
དུག་གསུམ་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲིག་ཐག་སྤོམ་གཉེན་པོའི་སྒྲོབས་དང་ཐུགས་ཀྱིས་བཅད།  
ང་ཡི་སྤྲུལ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བྱུག་དང་ཅན་འགྲོ་བའི་གཙུག་ན་མཛེས།

སྒྲོན་ཆེ་བྱེད་དང་མཇལ་བའི་སྐལ་བཟང་སྒྲོབ་བྱང་ལ་ཐོབ་པའི་ཆོ།  
རྟེན་པར་དཀའ་བའི་མི་ཡི་རྟེན་ལ་ཁོངས་སྦྱོད་ཆེན་པོ་བྱུབ་བམ་སྒྲུལ།  
ད་ལྟ་མི་མཐོང་ཡུལ་གྱི་བསྐྱལ་བའི་གྲུས་བྲལ་འདི་ལ་བསམ་པ་ན།  
ལས་ཉོན་བྱང་གི་བྱ་བར་ཚུད་པའི་ང་ཡི་བསོད་ནམས་རྒྱད་པ་ཆོར།

བཅེ་བའི་རང་མདངས་གཟུགས་སྤུ་ཤར་བའི་བྱེད་ཞལ་རྒྱ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་དེ།  
མཚན་བྱུན་རེ་རེའི་མི་ལམ་ཁོང་དུ་ང་ཡི་རྒྱ་བྱར་མིག་གིས་མཐོང།  
སྐྱེ་རེས་ལྷ་མོས་འབྲོང་བཞུང་བཏང་བས་འབྲུལ་སྤངས་ཉིད་དུ་རྟོགས་པའི་ཆོ།  
མ་དང་བྲལ་བའི་བྱ་རྒྱུང་བཞིན་དུ་མིག་རྒྱུའི་ཕྱིང་བས་ལ་འཐོར།

བྱེད་ཀྱིས་ཞབས་བྱུང་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་ལ་ཡུལ་ཕྱོགས་སྤུ་མི་བསྐྱར་ན།  
ང་ཡིས་དོག་ཁྲིས་རྒྱབ་དུ་འཁྱར་ཏེ་ཉག་དུ་དུ་ཡི་རྣམས་ཐར་སྦྱོང།  
མདོར་ན་རྒྱུར་དུ་མཇལ་བའི་སྒྲོན་ལམ་སྟེང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་འདེབས།  
བདག་ནི་དེང་ནས་ཆོ་རབས་ཀྱན་དུ་སྤྲུལ་གྱི་ཐུ་བོར་འབྱུར་བར་ཤོག།

# མེད་བྱེས་མཁའ་སྒྲུབ་གྲུ་ཆང་ལ་བཟུགས་པ།

བཟུ་ཤིས་བསོད་ནམས། (སེལ་བུལ་)

ཟླ་གཞོན་ཁྲ་བས་ལན་བརྒྱ་བྱུགས་པའི་ལྷན་པོས་ཁོར་ཡུག་མཛེས་པར་བྱས། །  
མེ་ཟུམ་ཟེར་གྱིས་གནམ་ཐོན་བཞུས་འདྲའི་ཆུ་སྒྲིན་གྲོང་གི་མཆོད་ཡོན་བཤམས། །  
མར་གད་རྒྱུ་འབྲུང་གཡུ་ལ་དུ་ལྷེམས་ཤིང་རིན་ཆེན་སྒྲུབ་བྱུང་ལ་འབྲས་བཞད། །  
ཕྱི་བཞིའི་དཔལ་ལ་སྐབས་གསུམ་པ་རྣམས་ལན་བརྒྱ་སྒྲོན་པ་བསེལ་ལྷན་ཐོངས། །

ཐོངས་འདྲའི་ཆོས་སྤྱིད་རིག་པའི་ཉྱེ་བ་ལྷན་ཞིང་གི་མཐར་བྱེད་ཚུགས། །  
ཚུགས་བཅུའི་རྒྱལ་བས་པད་དཀར་ལྷ་ར་བཟུགས་ཟེས་གཙང་སྤྲུལ་གྱིས་ཆོས་འཁོར་གསུམ། །  
གསུམ་རིགས་དབྱ་བ་ཅོམ་གསེར་རིའི་ལྷན་སྤྲུལ་རྣམ་བཞིའི་འཁོར་ལ་གསུངས་པའི་གནས། །  
གནས་མཆོག་འཕགས་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་ཁིང་ཞེས་གྲགས་སྒྲུབ་ཉི་ཟླའི་རྣ་ཆ་གཡོ། །

དེ་ན་རྒྱལ་ཀྱན་བཙེ་བའི་འོ་མཆོ་བྱུགས་དྲག་སྒྲོན་པའི་སྤྱབ་ཤིང་གིས། །  
བསྐྱབས་པ་ལས་བྱུང་སྤྱིང་བཞིའི་ལྷན་སེལ་སྐྱབས་མགོན་དོན་གྱི་ཉིན་བྱེད་དཔལ། །  
གསང་གསུམ་མཛད་པའི་འོད་སྤྲིང་ཟེར་གྱིས་སྤྱིང་ཆེན་བདུན་གྱི་མཁར་ཁྲ་བཀང་། །  
དུན་གདུང་བྱུགས་གྱིས་ལས་ཀྱི་རྒྱ་ཁོལ་འདྲེན་བྱེད་ལམ་ནས་དལ་གྱིས་ལུང། །

ཕྱི་བདུན་རིགས་ཆོགས་རིགས་ལམ་བྱུང་འབྲེལ་ཚོད་ངག་རིགས་པའི་ང་རོ་ཆེ། །  
སྒྲོག་མཛད་སེར་གནས་དེར་ཆགས་ཞེས་ནམ་མཁའི་ལྷ་ཡི་བྱ་བ་ཏང་ཆོ། །  
གྲགས་པ་གཉིས་དང་དེ་ལྷག་ཉིས་སྤྲུལ་སྤྱི་ནང་པ་ཁྱབ་མཆིས་སོ་ཅོག། །  
ཆོས་ཆེར་སྤྱིངས་པས་གནས་དེ་སྤངས་ནས་ཞིང་ཁམས་གཞན་དུ་བཞུད་ཅེས་ཐོས། །

མདོ་རྒྱུད་བཀའ་བསྒྲུབ་ས་འཛིན་དབང་བོ་དགོངས་འབྲེལ་རྒྱ་སྐར་བྱེ་བའི་ཆོགས། །  
དགོངས་དོན་མ་ལོར་མཁའ་སྒྲུབ་སྤྱིང་གི་ཇི་བཞིན་འཆད་པའི་དགེ་ལེགས་དཔལ། །  
ང་ལ་ཡོད་ཅེས་དགའ་ལྷན་ཞིང་གི་མི་པམ་མགོན་དེ་ཁེངས་མི་འཆལ། །  
རྒྱལ་བས་ལུང་བསྒྲུབ་སྤྱི་ཐོགས་བྱུང་དང་ཙོང་ཁ་པ་ལ་དམིགས་ཕྱིར་རོ། །

[illegible]

ས་སྟེང་འདི་ན་ཞི་བདེ་དེ་སེམས་སྒྱིས་ས་གནས་སྤྱོད་བསྟུ་ཡོད་དང་། །  
 ས་འདིར་གནས་པ་དེ་སེམས་ཅན་སྤྱལ་རྣམས་པར་དཀར་བའི་སེམས་ཅེ་བདོག །  
 ས་བཅུད་མཐར་མེད་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཉིང་རྩེ་དེ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་མེ། །  
 ས་ལ་གནས་པ་དེ་སེམས་དཔེ་ཚུལ་བཟུང་ཉིད་མཐུར་སེམས་སོ་སྐྱབས་མགོན་རྩེ། །

འཛམ་གླིང་ཞི་བདེའི་ཉི་མ་ཁྱེད་ཀྱི་གསང་གསུམ་མཛད་པའི་འོད་སྤང་གིས།  
བསྐྱེད་སའི་ཚེས་ལྷེ་པད་མ་དཀར་པོའི་དགའ་ཚེས་སྟོན་དང་བྱེད་པར་བྱ།  
མདོ་སྤགས་རིག་གནས་སྤང་ཅིའི་བརྟུང་གྱིས་ལེགས་གཏམས་སེར་བྱེས་མཁའ་སྒྲུབ་སྟོན།  
དད་གསུམ་དབྱར་རའི་སྒྲ་ཡིས་བསྐྱེད་པའི་བསྟོན་ཆོག་མཁའ་ལེགས་འདི་བསྐྱར།

ཐུགས་མཐུན་དོ་མེད་ལྷན་པོ་ལྟ་བུ་གྲོ་མེད་ཀྱི་དཔར་མེད་ཤི།  
 རྩོམ་གསུམ་བཅས་མཆོམས་ཕྱོལ་ལས་ཀྱང་མི་འདའ་ཀྱལ་བལྟ་འཛིན་པའི་ཚུལ།  
 མཐོང་ཆོ་ཆུ་མྱིན་ཀྱལ་མཆོན་ཤི་བཅས་བྱ་ངན་ཞུགས་ཀྱིས་བསྟེན་པའི་གཟིམ།  
 གནས་དེར་ཆ་བའི་རིག་བྱ་ཆོ་བ་ཡུལ་གྱི་ཞན་དང་མཚུངས་མིན་ཟེར།

ཨ་མ་དམ་པའི་ངང་ཚུལ་རྣམ་དགུའི་དྲི་བས་དཔལ་གྱིས་ཉེར་བཀྲག་པའི།  
 གངས་མེད་སྐལ་ལྷན་ར་ཡིག་གཉིས་པ་དང་བཙོན་འཕུར་ལྡིང་བྱེད་དང་ལྷན།  
 ལྟང་རིགས་སྤང་ཅིའི་བཅུད་ལ་རོལ་བའི་དམར་སེར་ཡི་ཁྲིའི་མཚོ་ཆེན་དེ།  
 འོད་མདངས་ཀྱན་གསལ་དབྱིངས་སུ་འཕོས་ལ་མཚམས་སྒྲིན་ཅེས་པའི་བ་སྟང་ཆགས།

གསལ་བར་བྱས་སྤྱིང་བཞིའི་ཁྱོད་ཀྱང་ཉི་གཞོན་གསར་བའི་ལང་ཆོས་ཏེ།  
 ལྷ་ལུས་འོད་གསལ་མཐའ་བྲལ་ཏྲ་བ་ཐེག་ཆེན་གྱིང་གི་འདུས་ལྗེས་སོ།  
 ཁྱབ་པར་མཛད་དོ་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱང་གཉིས་མེད་གསུང་གི་ལྷ་པ་བས་ཏེ།  
 དབྱིག་འཛིན་ལྟེ་བར་མཁས་སྒྲན་གྱིང་གི་མད་བྱུང་མཛད་འཕྱོན་རྣམ་བས་སོ།

# དངས་གཙང་གི་པ་སྐད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ།

བྱ་གཞུང་སྒྲོ་བཟང་།

དངས་གཙང་གི་པ་སྐད་མེ་ཉྱ་གཉིད་ཀྱི་ཞིམ་དང་འབྲེལ་ལ།  
མཐོ་སྐད་གི་པ་ཡུལ་སེམས་གཉིད་གི་མེ་ཉྱ་གཉིད་ཀྱི་ཞིམ་དང་འབྲེལ་ལ།

སེམས་གཉིད་གི་སྐད་ཆ།

མདུན་སྒྲོན་གྱི་གོམས་ཁག་དུ་བསྐྱར་གྱུར།  
བརྒྱུད་མེ་ཉྱ་པ་པ་ཡུལ་གྱི་རི་ཆུ་ལྷང་གསུམ་དང་།  
དཀར་སྐྱུག་གི་འགག་སྒྲོ་ག་འབྲེལ་སྐྱེད་ལྷང་།  
བཙོང་མེ་ཉྱ་པ་པ་ཡུལ་གྱི་གཉེན་ཉེ་ཆོ་རེད།

མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་སྐྱེ་བ།

ང་ཚོའི་མཁའ་དབྱིངས་ན་ཉེ་སྒྲུབ་གཅིག་ཆུང་ལ།  
ང་ཚོའི་ས་གནས་མཁའ་བྱི་ཆ་གཅིག་བཞུར་བས།  
ང་ཚོ། མུན་ནག་གི་ཞིང་ཁམས་གང་དུ་སྤང་བྱུང་སྐྱུག་དོན་མེད་ལ།  
ང་ཚོ། བྱེ་ཐང་གི་འཇིག་རྟེན་གང་ཞིག་བཀལ་ཅིང་སྒྲུབ་དོན་དེ་བས་གྱུར་མེད་དོ།  
དངས་གཙང་གི་སེམས་པ་དམར་པོ།

དངས་གཙང་གི་བཞུར་བའི་སེམས་པ་དམར་པོ་འདི།

ངས་ཁྱེད་ཚོར་སྒྲོན་པའི་མར་མེ་ཆང་གཅིག་དང་།  
མཛེས་སྐྱུག་གིས་བཞུར་བའི་སྐྱུག་ངག་དངས་མོ་འདི།  
ངས་ཁྱེད་ཚོར་ཕུལ་བའི་སེམས་གཉིད་གི་མིག་ཆུ་ལྷང་གཅིག་ཡིན་དོ།

# འཇིག་རྟེན་གྱི་འོག་གཟིགས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལ།

རྩ་རིགས་སང།    (འབྲུམ་གསར་)

གཟུང་ཉི་མ།

ཁྱེད་ནི་རིག་ཟུང་བདུན་གྱི་པ་མཐའ་ནས་འོངས་པའི་མགྲོན་པོ་གཤམ་ཆེན་ཞིག།

ཁྱེད་ནི་གཟུང་འཁོར་བདུན་གྱི་ཚུར་མཐར་སླེབས་ཆོ།

ང་ཚོར་འཆམས་འདྲི་དང་ལེགས་སྦྱེས་མེད་ན་ཡང་།

ཁྱེད་ལ་རེ་སྐྱུག་བྱས་ཡོད།    ང་ཚོས་ཤེས་མི་སྲིད།

གཟུང་ཉི་མ།

ཁྱེད་གྱི་ངོ་གདོང་ནི་ངའི་སྐྱོགས་པོ་དང་ལྗོངས་ཉེན་ཡོད་ལ།

ལེ་ལོ་དང་འགྲོགས་ཆོ།    ང་ཚོ་ལ་བསྐྱུ་བྱིད་ཀྱང་གཏོང་ངེས།

གང་ལྟར་ཡང་།    ང་ཁྱེད་ལ་དགའ་ཡང་།

ཁྱེད་གྱིས་ཤེས་རབ་དང་བཙོན་འབྱུས་ལ།

ཚོར་མི་སྲིད་པའི་པམ་ཁ་ལྟེར་ངེས།

## སྒྱི་གཏུང་མ་ཚི་མའི་སྐྱབས་སྒྲིང་།

འབྲུམ་གསར་ལེ་ཤེས་མེ་འབར།    (རྩ་ཆུ་ཁ)

བྱམས་བཙུའི་འཇམ་འོད་འཁྲིལ་བའི་གྲར་སྒྲིམ་ན་བཞུགས་པའི།

རྒྱལ་བ་སློང་བཟང་གྲགས་པའི་ཞབས་བདེ་ལ་འབྱུང་དོ།

བདག་ཅག་སློབ་བྱ་རྣམས་ལ་བར་ཆད་གྱི་འཆེ་བ།

བྱག་པོའི་རྒྱང་དང་བཟླེབས་པའི་མར་མེ་ལས་མ་འདས།

འཆད་ཚད་ཆོས་གྱི་དར་དབྱང་གཞིབ་འབྲུམ་གྱིས་ཐོག་ཉེ།

བཤད་སྐབ་བཟུན་བའི་རྒྱལ་མཆན་འཇིག་པ་རུ་ཉེ་ཡང་།

བཟུན་སྐབ་དམ་ཅན་རྒྱལ་མཆོས་བཏང་སྒྲིམས་སྤྱབ་ཞིག་ན།

སློབ་བྱ་ང་ཚོའི་མི་ཕྱག་ལེལ་ལྟན་དེ་ལྟ་ཞིག།

ཡང་གཅིག་གསོན་དང་མཆོག་གསུམ་ཀུན་འབྱུང་གྱི་ངོ་པོ།

ལྱང་རྟོགས་ཆོས་གྱི་ཉི་མ་རབ་ཤིབ་གྱིས་གཏོག་ཅིང་།

འཆད་ཚད་བདུད་ཚིམ་རྒྱུ་ཡོད་ཀྱང་རྟོག་གིས་བསྐྱེད་མཉན།

སློབ་བྱ་ང་ཚོའི་མི་ཕྱག་ལེལ་ལྟན་དེ་ལྟ་ཞིག།

འདི་ན་བཟུན་དང་འགྲོ་བའི་དཔལ་མགྲོན་ཞིག་ཡོད་ན།

ཆགས་སྐབ་གཏམ་ཆོགས་སྒྱུ་མའི་རྩལ་གར་བྱ་རྟོས་ལ།

ལྱང་རྟོགས་བཟུན་བའི་མཇུག་སྒྲིབ་ཤིང་བྱུང་བར།

གཅིག་ཏུ་ཕན་པར་མཆད་པའི་བཀའ་ཁྲིན་ཞིག་ལྟའོ།

གྲི་ཤིག་རྒྱང་གི་མཁྱིན་པ་རྟ་རྩལ་སྤྱུ་ཡང་།

མདོ་རྟགས་རྒྱང་འབྲེལ་འོག་མར་མོ་མི་བཏུང་བ།

ཆེན་དང་ཆེན་གྱིས་བཞོས་སྐལ་དཔེན་པ་རུ་བྱས་ན།

སློབ་བྱ་ང་ཚོའི་མི་ཕྱག་ལེལ་ལྟན་དེ་ལྟ་ཞིག།

དེ་སྐད་གསལ་བའི་འོས་བབས་ཁོ་བོ་ལ་མེད་ཀྱང་།

དགོན་ཁོག་འདི་འབྲུའི་ལ་རྒྱ་ཉིད་དབྱས་སྤྱབ་ཀྱི་ཆོ།

ཚོལ་མེད་ལྷག་བསམ་ལྟན་པོ་གངས་དཀར་གྱི་ཆེན་ས།

བཟུན་རྒྱུང་མི་ཕྱག་ལེལ་ལྟན་པའི་བྱ་དབྱངས་འདི་ལལ་ལོ།

# ཤིང་བྱི་དགོན་དུ་བྱིན་པ།

ཅེ་མག་ཟ། (མ་ལྷོ)

བྱིད་དང་མཇལ་བས།  
 བདག་གི་ཁུམ་གསལ་རང་དབང་བྲལ།  
 ཆོས་འཁོར་དང་རི་དྲགས་པོ་མོ།  
 གསེར་གྱི་རྒྱ་ཕིབས་ཀྱིས།  
 མི་ཡུལ་ལ་རྟག་དུ་དགོ་ལེགས་པོས་ཤིང་།  
 ཞི་བདེ་ཡིད་འོང་གི་བདུད་ཅི་ཞིག་  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ཕང་བར་འགྲེམས།  
 རང་བྱོན་ཆོས་ཀྱི་དབྱངས་སྒྲུབ་ཏེ།  
 བདག་སེམས་སྤྱུ་ཤུགས་ཀྱིས་ལྷང་ཁིང་།  
 བསྐྱེད་ཞིམ་འཕྱུལ།  
 རས་ཅི་ཡང་སྤྲུལ་མེད་ཀྱིས། ཞི་བདེ་ཡིད་ལྡན་མཁའ་།  
 བྱིད་དང་མཇལ་བས།  
 རས་འཇིག་རྟེན་གྱི་དྲུང་སྐྱེད་མཐོང་ཁིང་།  
 གཞུང་བྱངས་དང་བདེན་པའི་ཁིང་ཁམས་རྟོགས།

ལས་རྒྱ་འབྲས་ཟེར་བའི་ཐ་སྒྲུབ་དེའི།  
 ཟབ་སར་ཡང་ཐེངས་དང་པོར་འཇུག་པ།  
 ཤིང་བྱི། ཞི་བདེ་ཡིད་ལྡན་མཁའ་།  
 བྱིད་དང་མཇལ་བས།  
 བདག་གི་ཁུམ་གསལ་རང་དབང་བྲལ།  
 འགྲོ་ཞོར་དུ།  
 རས་བྱིད་ཀྱི་མེ་ལྷང་གི་མཚན་མིང་ཉར་ཁིང་།  
 མཐོང་ལམ་རྟག་ཡིང་ཁིང་འཕྱོ་བའི།  
 མཚམས་སྤྱིན་དང་ཉི་ཟླའི་ཁིང་ཁང་ཡ།  
 བདག་ལ་སྤྲུལ་བ་བྲལ། ཁྱུ་སེམས་མེར་སྤྱོན་ལམ་  
 འདེབས་ཞོར།  
 རས་རང་གི་ལམ་རྒྱུད་དེད་ནས།  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ཞི་བདེ་འཆོལ་བར་ཆས།

※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※

## མ་ཙོར་བའི་ཁ་བྱེད་གས།

འབྲུམ་གསར་བཟ་ཤིས་མགོན་པོ། (རྩ་ཁྱུ་ཁ)

མ་བཅོས་ལྷག་བསམ་དཀར་བའི་གངས་ཅན་པ།  
 ཆོས་གསུམ་སྤེལ་གསལ་སོ་སོར་བྱས་ན་ཡང་།  
 མེས་པོ་གཅིག་གི་རིགས་རྒྱུད་ཡིན་པས་ན།  
 ཁྱེད་དང་རྩ་ཆ་བསམ་ན་མཐུན་སྤྱི་ཡོད་པ།  
 གངས་ཅན་བརྒྱ་ཤུག་རིག་པའི་གཏེར་མཛོད་དང་།  
 སྤྱིང་ཐོག་རིགས་པ་སྤྱི་བའི་ཆོག་སྤྲུལ་པས་ཀྱིས།  
 ལེགས་ཉེས་སྤང་དོར་སྤོབ་པའི་དུས་འདི་ལ།  
 རིམ་རྒྱུད་མཐུན་ལམ་བསམ་ན་ཤིས་རིག་སྤྱིང་།

རང་གི་རྒྱུད་ལས་སྤྱེས་པའི་བྱ་རྒྱུད་ཆོར་།  
 ས་མ་རང་གིས་སྤྱོད་གསལ་མཐུས་ན།  
 བྱིས་པ་རང་གིས་ལེགས་ལམ་མི་ཆོར་བས།  
 རིགས་རྒྱུད་མཐུན་ལམ་བསམ་ན་སྤྱོད་གསལ་པོས།  
 བྱ་རྒྱུད་ཡར་བསྐྱེད་པ་ལྷན་མིན་ནི།  
 ས་མའི་བྱ་སྤྱོད་བཟང་ངན་དག་ལ་རག།  
 བྱ་རྒྱུད་བྱམས་པས་སྤྱིང་བའི་ས་མ་ཆོ།  
 རིམ་རྒྱུད་མཐུན་ལམ་བསམ་ན་སྤྱོད་བཟང་བཞེན།

## ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིང་ལྟ་མཁན་དེ་ང་ཡིན།

རགས་ཤུལ་བསམ་གཏན། (ལེ་ཅིན་)

བྱ་བ་ཉུང་བའི་སྐར་མཁའ་ཤས།  
དུས་རབས་ཀྱི་བརྟན་པར་དང་ཚགས་པར་ལས་མཐོང་རྗེས།  
ངའི་སྒྲིང་ལྟ་དང་སྒྲིང་བསམ་ཁོ་ནར་དབང་བའི།  
འོད་ཟེར་གྱི་གཤོག་ཐོགས་པ་ཁྱོད།  
དྲན་གདུང་གི་ཁ་བ་མི་ཡུལ་ནས་བབས་དུས།  
ཞབས་སྒྲོ་ཞིག་དང་རོལ་དབྱངས་ཤིག།  
སྤུངས་སྤུངས་སེམས་པའི་ཐང་ཆེན་ལ་བབས།

གདོད་མནས་བཟུང་།  
བཅེ་བ་མངར་མོ་བདུད་ཅི་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱིན་ཡོད།  
སྐྱུ་མས་སྐྱུ་མ་ཞུགས་པའི་རྣམ་ཤེས་མཐའ་དག།  
སྐར་ཡང་འཆོ་བའི་གཏིང་རིམ་ལས་འཕག་འཚག་བྱེད་སྐབས།  
གཟུགས་བརྟན་ལ་འཁྲེང་བའི་བྱེད་པོའི་སེམས་པས།  
ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིང་ལྟ་ལས་དབང་གི་རྒྱུ་རྟ་སྐྱར་བཞིན་ཡོད།

རི་བོ་དང་དར་ལྗོངས་སྐར་བཞིན་འགྱིང་བའི་པ་ཡུལ།  
ཆུ་ཕྱན་དང་མེ་ཉྱེག་གི་ཞིང་སལས་ཅི་ཡང་མའདུས།  
རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིང་ལྟ་ཞིབ་སྒྲུབ་ཀྱི་དཔྱད་པོ་དག།  
རང་དབང་དང་བཅན་ཤིང་གྱིས་འཇུག་དུས།  
སེམས་པའི་སྒྲིང་ལྟ་ཞིབ་པས།  
ངས་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིང་ལྟ་ཞིབ་ཀྱི་ཐང་ཆེན་ལ་བཟུང་།



ཁྱོད་དེ། འོད་ཟེར་གྱི་གཤོག་ཐོག་ས་པ་ཁྱོད།  
ད་ལྟ་ག་བྱར་གནས་སམ།  
མི་ཡུལ་ན་འགྲིམ་འགྲུལ་ཏུ་ཅང་མང་བས།  
ངས་ཇ་དྲག་གི་དུས་ཚོད་ཅིག་བེད་སྟུང་དེ།  
ཁྱོད་གྱི་གི་མ་འཛོམས་མཁུ་མང་དུ་བཏང་།

གངས་ཁྱོད་ན་རྩ་བའི་བདག་གི་སེམས་པར།  
ཁྱོད་གྱིས་སྒྲ་ངག་ཅིག་གྱུར་བཞིན་ལོས་ཡོད་སྒྲ་མ།  
ངོ་མ་བཤད་ན།  
དེ་ནི་བག་ཆགས་ཤིག་གི་འགྲོ་སྤངས་ཡིན།  
ལྟན་འདུས་ཀྱི་ས་སྤྱོད་ཅིག་ལ།  
མེ་ལོང་ལས་སྒྲ་ལོ་ཤེད་པ་འང་དེ་ལས་མང་བོ་དྲན་པས།  
སྐབས་འདི་ནས་རེ་ཞིག་ཏུ་དེ་ལུས་སོང་།

ཉི་ཟླ་བ་གྱི་ཡར་སྤོན་ཞིག་ལ།  
ང་རང་སྤྱོད་བཞིན་ཁ་ཤས་གྱིས་ཐལ་བར་བཞིས་སོང་།  
ཡམ་ག་ཅིག་ས་བཟམས་པའི་སྐྱེས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོ།  
དུས་རབས་ཀྱི་རྒྱུད་གིས་ཁྱུར་བ་ལ་ཡིད་ཆད་བཟོ་མི་ཉན་པས།  
ངས་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲེག་ས་རྒྱུད་བེད།  
དམངས་ཁྱོད་ནས་འོད་ཟེར་གྱི་གཤོག་པས་བརྟུངས།

ཁ་བ་སྤར་ལྟར་འབབ་པའི་མཚན་མོ་རེ་དང་འཕྲད་ཆོ།  
རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་བྱང་ལ་བྱོད་ཁོལ་དབེན་པས།  
ཡང་བསྐྱར་ཆོས་ཉིད་དང་སྤྲོ་མཚོག་ལས།  
ཉི་མ་ལའི་རི་རྒྱུད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་གནས་ཚང་ལ།  
སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་འདོད་ཆེ་བས།  
ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོ་རྒྱུད་མཁུ་དེ་ང་ཡིན།

## ཕྱག་ལ་ཕྱར་བའི་ལོ་སྒྲུབ།

མ་གཡུ་རལ། (རེབ་གོང་)

གྲུས་བྲལ།

བཅེ་མེད་གྲང་རྒྱུང་རྒྱུ་བ་མོ་གཡུག་ཐེངས་ཤིག་གིས།  
ལྷན་འཛོམས་ལོ་སྒྲུབ་ཞུས་རྒྱུ་ལ་བསྐྱེད་པའི་སྒྲུབ་ལ།  
སྒྲིང་གཏམ་འོ་མཆོར་རོལ་བའི་དུས་ཚོགས་ལྡན་ལྟ།  
ཁེར་རྒྱུང་རི་རྒྱུང་སྒྲུབ་པའི་མཐའ་བསྐྱེད་སོང་།

མིག་ཆུ།

དུངས་སེམས་རྒྱུང་ལ་ཤོར་ནས་གཞོན་འདས་ཀྱང་།  
རྒྱུང་རིང་ཁུལ་འོ་གསུང་ལ་ཐོས་རྒྱུ་མ་བྱུང་།  
དུན་པའི་ལོ་སྒྲུབ་བཅེ་གསལ་མ་མཐུག་ཏུ་ཕྱིན་པས།  
དུན་གསུང་མིག་རྒྱུང་མཐའ་ཤོར་ཐོང་ཐག་ཆད་སོང་།

རེ་རྒྱུག་

དགོང་ཁའི་མཆོམས་སྒྲིན་དམར་པོའི་གཟེ་མདངས་འོག་ནས།  
ལྷན་སྐྱེད་རྒྱུང་བུའི་རྒྱ་ཕྱོགས་ངང་གིས་འཁོར་ཐལ།  
ལག་བྱུང་ཐོད་ལ་བཞག་སྟེ་རྒྱུང་ལ་བསྐྱེད་ཀྱང་།  
ས་སྟོང་གི་མཐའ་གསལ་ཐོས་ཐོང་ལ་མ་བསྐྱེད་པས་སོང་།

རྒྱུང་འཛོད།

རྒྱུང་བྱས་ལྟར་སྒྲུབ་སྒྲོགས་བཞིན་ལྷུ་ལ་གཡུགས་ཐལ།  
སྒྲིན་པས་སྒྲིངས་སྒྲིབས་འཁྲབ་བཞིན་སྟོ་ལ་བཞུད་ཐལ།  
དུངས་པ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བསྐྱེད་པའི་ཁེར་རྒྱུང་བུའོས།  
རེ་རྒྱུག་སྟོང་གི་འཛོད་པ་རྒྱུང་ལ་བསྐྱེད་སོང་།

# ཁ་བ་འབབ་ཐངས་རེ་ལ།    སེམས་ཀྱི་ཡེ་ཤིན་བྱུང་།

ཞུགས་ཉི།    (ཟི་མེད་)

ཁ་བ་འབབ་ཐངས་རེ་ལ།    སེམས་ཀྱི་ཡེ་ཤིན་བྱུང་།  
དྲན་པའི་མཁའ་དབྱིངས་ན།  
འཆར་བྱུང་གི་རང་དབང་སྤྱའི་ཉི་མུ་སྒྲུབ་གསུམ།  
འཕྱར་སྒྲིབ་ཀྱི་མཁའ་ལམ་དོག་པའི་ཁྲ་སྒྲུག་ཤིང་གསུམ།  
ཡོད་ཚད་དྲ་བྱུ་མེ་མཛོན་པའི་ཁ་བའི་སྒྲིབ་ན།  
རྟོག་ལམ་མེ་མཛོན་བའི་ཁ་བའི་མཚན་མོ་འདིར།  
ང་ཙོང་རྒྱུའི་འགྲམ་རྟོགས་ན་ཡོད།  
ཀོག་ལངས་འདྲེས་མའི་འགྲུལ་བཟུང་འདིའི་ཁྲོད་ནས།  
རྒྱན་ཐག་རྒྱལ་བའི་བྱུར་དཀར་གྱི་ཐང་བ་མཛོང་དུས།  
བསམ་གཞིགས་ཡོད་ཚད་མཆིམ་རེད།

ཁ་བ་འབབ་ཐངས་རེ་ལ།  
སེམས་ཀྱི་ཡེ་ཤིན་བྱུང་།  
དྲན་པའི་སེམས་རྟོགས་ན།  
འཆར་ཡན་རབ་རིབ་དེ་རྒྱུད་གིས་བྱུང་ལ།  
མི་ལམ་རྒྱུད་ཉི་མུ་པོ་བཞིན་མཁའ་ནས་བབས་པས།  
དྲ་གཞིད།    སག་ཤིན་ལ་ཐེབས་པའི་ཟུམ་ཆེ་བ་ཆོར།  
ཐུར་འོངས་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུད་དོས་མཛད།  
རེ་རྒྱུག་ཟབ་པའི་སང་ཉིན་གསར་བ།

གངས་འབྲུག་གི་ཟུག་རྒྱུའི་བར་ནས།  
འབྱུང་གཞི་ཐམས་ཅད་ནད་པར་བྱུང་།  
ཁ་བ་འབབ་ཐངས་རེ་ལ།    སེམས་ཀྱི་ཡེ་ཤིན་བྱུང་།  
དྲན་པའི་གཞི་རིམ་ན།    རྒྱན་གཞི་ཡམས།  
ཕྱོད་ཚུ་འབྱུ་བཞིན་མ་ཉི་བསྒྲུལ།  
སྒྲིག་རྒྱལ་མེད་པའི་བྱིས་པ་ཆོ་གོ་ཁར་རུབ་ནས།  
པགས་ཆགས་རྟིང་བ་དེ་འཕྲོག་ཅོད་བྱེད།  
སེམས་པ་གྲང་ཤུར་ཤུར་གྱི་མཚན་རྒྱུངས་འདིར།  
ཉི་འོད་ལྗང་མཁོ་བའི་ཁྲོད་རང་དྲན།  
དྲན་པའི་དབང་གིས།    རྒྱུ་བ་གཞས་སུ་བཀྲུག་མོད།  
གཡས་གཡོན་ཐམས་ཅད་བྲག་རི་རེད།

ཁ་བ་འབབ་ཐངས་རེ་ལ།    སེམས་ཀྱི་ཡེ་ཤིན་བྱུང་།  
དྲན་པའི་མི་ལམ་གང་དུའང།  
“རེ་རྒྱུག་འཆོ་བ་འདིའི་གཉིང་སར་ཉར་མཁན།  
ཆོས་རིས་མེད་པའི་རྒྱུ་བ་དང་ཅེད་གཉིས”།  
ཡེ་ཤིན་ལགས།    ཁྲོད་དྲན་པའི་ལོ་རྒྱུས།  
ཁྲ་རྒྱུད་མིག་མཐའི་མཆིམ་འང་རེ་འབྲུག་རེད།



ཡེ་མ་སྤྱི་འདིར་ཆེས་དགོན་སྒྲུབ་རྣམས་དབྱར་མུ་དགུན་འབྲུ་འབྲུང་བའི་གནས།  
དགུ་ཆོག་སྒྲུབ་མོམ་ཁའ་མཐར་བརྒྱུད་ས་བཞིན་ལེད་བར་ལྷ་སྤྱོད་ལྷ་བརྒྱུ་ཡི།  
ཆུ་མུང་གང་གིས་མཐོ་གཟར་དམའ་གཤོང་ཀྱག་ཀྱོག་ལམ་བུ་འབྲུམ་ཕྱག་བརྒྱད།  
འཛིན་མའི་ཞེང་ཆད་རང་ལུས་འཇལ་ཏེ་ཤར་གྱི་རྒྱ་མཆོར་དལ་གྱིས་བཞུད།

གངས་ལྗོངས་ཆུ་མཛོད་མཆོན་བཟང་ཅོད་པན་སྒྲན་མཐོ་བ་གང་གིས་དྲིན།  
ཤིང་འབྲས་རྒྱུ་ལ་ཕུན་ཆོག་སེལ་འད་བར་བ་ཏུ་སྒྲིན་པའི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས།  
ཞིང་ས་རེའུ་མིག་རྩ་ལྷའི་འབྲུ་རིགས་གཡུར་བུ་འབྲས་བུ་བསྐྱར་བ་བཅས།  
ཞིང་བཀན་པོའི་ཡིད་དུ་འཁོར་ཆེ་བྱིད་ལ་དུངས་ཞེན་སྤར་ལས་བཟ།

སྟོན་འཛིན་མི་རིགས་དལ་འབབ་ཆེན་མོར་འབྲལ་མེད་མཛའ་བཙེ་གསེར་སྤྱད་གྱིས།  
བྲི་ཕྱག་བསྐྱལ་བར་བཀལ་ཀྱང་མི་འཇུར་དོ་རྗེའི་མདུད་བརྒྱས་དམ་འཆང་བར།  
གོང་མ་སྤྱེག་དང་རིམ་བུ་སྤྱེལ་སྤྱང་མཐུན་པ་སྤྱན་བཞིན་གྲགས་པ་ཡང་།  
ངོ་མཆར་འདི་ལ་ལྷག་ཏུ་དགྱེས་ཏེ་ལད་མོ་བཞིས་པ་མིན་ནམ་སྒྲུལ།

ཆོས་ཀྱི་ལང་ཆོའི་མེ་ཏོག་བཞད་པའི་སྒྱེད་ངོས་མཛེས་སྤྱག་ངོམས་པ་ཀུན།  
བཅུད་བྱུངས་བདུད་ཅིའི་བེགས་མ་རེ་རེས་ལུས་ཁམས་གསོ་ཞིང་ཆོ་ཐག་བསྤྱིངས།  
འཇིག་རྟེན་བདེ་སྦྱིད་འོད་སྤྲང་སྦྱིན་བྱེད་སྒྲོག་གི་རྣམས་འཕྱལ་འབྲུམ་བསྦྱིད་པས།  
བྱིད་གྱི་འཕྱིན་ལས་བསྐྱལ་བ་བྲི་ཕྱག་སྒྱེ་བྱའི་སྦྱང་གི་དབུས་ན་བཞིད།

དྲི་བའི་རྒྱད་མངས་སྒྲན་པ་འཕྲོག་པའི་ལྷང་ལྷང་སྤྱད་བྱུངས་ནམ་ཡང་ལེན།  
གསེར་གྱི་བྱེ་མ་ཐང་མར་བརྒྱལ་ཞིང་མི་རིགས་ཕན་བདེའི་དཔལ་ལོན་སྤྱན།  
གཤོག་དྲུག་ཉ་མོ་སྤྱེག་ཉམས་ངོ་མ་གནས་གཙང་ཆབ་འབྲི་སྤྱང་སྤྱོད་མོ་ཡི།  
སོར་ཅིའི་ལམ་ནས་བྱིད་གྱི་ཡོན་ཏན་དུས་གྱི་མཐར་ཡང་བརྗོད་མི་ལང་།



## ནམ་ལངས་པའི་བྱི་མིག

གངས་བུ་སྒྲུབ་ཀྱི་ལ། (འབྲུམ་གསར་)

ནམ་ལངས་སྐར་ཆེན་ཕྱོགས་ལ་རེ་བའི་ལྷ་བཞིན། །  
དྲུངས་པའི་གངས་ཆབ་བསེལ་མོ་ཡུན་གྱིས་འཐོར་དུས། །  
མཆི་མའི་གདུང་དབྱངས་ཀྱི་བའི་སེམས་ཀྱི་མཛའ་མོ། །  
དྲན་འཛིན་མེལ་ངོས་ནས་འཇགས་ཐབས་མ་བྱུང་། །  
ཁྱོད་དང་ང་གཉིས་འཛོམས་པའི་ལས་སྐལ་ཕྱུ་མོ། །  
སྐད་ཅིག་དབྱིངས་ལ་ཐེམ་པའི་སྒྲུབ་མའི་སྒྲུབ་བ། །  
སྒྲུབ་ཀྱི་ཞལ་རས་མཇལ་བར་དཀའ་ཆོག་སེམས་འདུག །  
བོད་སྐད་སྐྱོད་ཆུ་སྒྲོན་མོ་འབབ་པའི་འགྲུལ་དུ། །  
འཛོམས་པའི་སྒྲོན་ལམ་ལོངས་སུ་སྐྱོད་ཆུ་བྱུང་ན། །  
འགྲོད་གདུང་མཆི་མས་བརྒྱན་པའི་མི་རྒྱུང་ངའི་སྐྱེ། །  
དྲན་པའི་ཤུགས་རིང་བཅེགས་པའི་ན་བྱུག་ཡལ་འགྲོ། །  
འཇུག་གི་ཁ་དོག་འཆོལ་བའི་བྱ་མོ་འགའ་ཡིས། །  
བཅེ་མདའི་མིག་ཞགས་འཕེན་པ་ཐེངས་གཅིག་མིན་ཡང་། །  
མཆི་མའི་དྲག་རྒྱན་བརྗོད་པའི་འབྲུམ་པོང་ལ། །  
གསར་འགྲོགས་འཆོལ་བར་འདོད་པའི་སྒྲུབ་བམི་འདུག །  
ཞེན་ཆགས་མཆུ་སྐྱོར་བར་ནས་གྱེས་ཆོག་བརྗོད་དུས། །  
འགྲོད་གདུང་རྒྱབས་རིས་བཅེན་པའི་སྐྱེ་ལྷ་ལྷས་ཟབ་ཀྱང་། །  
བཅེ་བའི་འཇུག་གིས་བཞུར་བའི་སྒྲིང་གཏམ་དྲོན་མོ། །  
ཕན་ཚུན་སེམས་ལ་བཞག་པའི་དྲན་ཤིང་ཡིན་སྟེ། །  
མིག་བྱུང་རྒྱུང་ལ་གཏད་པའི་རེ་བའི་འབྲས་བུ། །  
གཟུགས་མེད་བཅེ་བ་སེམས་ཀྱི་ཤོག་ངོར་ཕབ་ནས། །  
མ་མཇལ་ཡུན་རིང་འགོར་བའི་དྲན་ཤིང་རྒྱལ་དུ། །  
སྐྱེ་གྱུར་ཅེ་མོག་བབས་ཤར་མར་བྱིས་སོ། །

## ཡ་མཉམ་པ་འཕྲུལ་པ་འབྲེང་བའི་སྐུ་འཕྲུལ་།

འབྲུལ་བའི་དུས་ཀྱི་སྐུ་འཕྲུལ་། (རྩ་མཉམ་པ་)

——ཁ་ཕྱིར་གྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་སྐུ་འཕྲུལ་།

དང་པོ་ཡ་མཉམ་པ་འཕྲུལ་པ་།། སེམས་པ་ཤོར་དོན་མི་འདུག།

གཉིས་པ་ཡ་མཉམ་པ་འཕྲུལ་པ་།། སེམས་གཙང་ཡོང་དོན་མི་འདུག།

བཅེ་དུང་ལྷན་སྐྱེས་ཆངས་དབྱངས་པས།

སྐུ་མ་ཆེ་དབང་སྐྱེས་པ།

ཡིད་འོང་ལང་ཆོའི་གཟི་དཔལ་དེ་ལ་“ཁམས་པའི་བྱ་མཉམ་པ་”གྲགས་པ་འཕྲུལ་།

ཉམས་ལྡན་གར་གྱི་སྐྱེས་སྐྱེས་པས་དེ་དེས་ལྷན་སྐྱེས་པ་འབྲུལ་གྱི་ཡིད་དབང་འཕྲུལ་།

ཞིང་སྐྱེས་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་དབྱངས་ལྷན་པའི་སྐྱེས་སྐྱེས་པས།

ཉེར་གཟིགས་དུས་རབས་གསལ་བའི་ཁྱོད་དུ་རྒྱུགས་ལྡན་བསྐྱེས་པའི་ལྷན་སྐྱེས་པས།

བསྐྱེས་སྐྱེས་པས།

དབྱངས་གསལ་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས།

དཀར་འཇམ་ཤོག་བྱའི་མཉམ་པ་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས།

དབྱངས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས།

འོད་སྐྱེས་ལྷན་པའི་མཉམ་པ་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས།

སྐྱེས་སྐྱེས་པས།

ཁང་སར་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས།

ཤོག་ཆེན་གཉིས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས།

མཉམ་པ་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས།

སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས།

བསྐྱེས་སྐྱེས་པས།

གཞི་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པས།

དེ་བའི་འདུག་པ་དེ་དུ་བའི་སྐྱེས་པའི་མཉམ་པ་ལྷན་སྐྱེས་པས།



ལྟ་མེད་བཅེ་བཟབ་པའི་དབང་གིས་སྒྲུབ་བྱེད་ལ་སྒྲུབ་པ་གསེས། །  
སྒྲུབ་ཡང་སྒྲིག་རྒྱལ་ཅིས་འཁོར་གསེབ་ན་འཇུག་པའི་སྒྲུབ་ཞགས་ཁྲ་འབྲུག་སེ། །

སྒྲུབ་མོ་འཆོ།

དགའ་སྦྱོར་སྒྲིག་རྒྱུ་རྒྱུ་འཕེལ་པའི་སྒྲོང་ན་ཡིད་སེམས་སྒྲིང་བའི་མཛའ་གཞས་ཤིག །  
མིག་རྒྱུ་བརྒྱན་པའི་བཅེ་དྲུང་རྩོན་མོ་མཐའ་མཐུག་མུ་དན་མེད་པའི་གཏམ། །  
གྲེས་བྲལ་བཟོད་དཀའ་མཁའ་ཉིད་ཉི་ཤུའི་བྱ་མོའི་ཉམས་སྦྱང་ཞེས། །  
བསམ་དཀའ་ཁྲ་མོའི་བཀའ་བཀྱོན་རེ་ལ་གསེར་སྒྲིང་གིས་ཁྲུག་ཐབས་དཔེ། །

ཡན་ཤུལ་སྒྲེ་དགའ།

གཡུ་དང་རུའི་རྒྱན་གྱིས་སྒྲུས་ཏེ་ལས་དབང་ཁ་བཏགས་གཞན་ལ་འཕེན། །  
སྒྲུབ་ཤོགས་ནམས་ཀྱི་མིག་འབྲས་ཡིན་ཟེར་ཆུ་ཤེལ་དཀར་པོའི་མགལ་རྒྱན་གསེས། །  
གཤིས་རྒྱུད་བཟང་བོ་དར་ལས་འཇམ་པའི་ན་རྒྱུང་བྱ་མོའི་འདྲང་བཅེ་འདྲི། །  
གཡང་སྒྲེ་སྒྲུག་མོའི་ཡིད་སྦྱོན་འཆོར་ཤིང་ཤེས་ལྡན་མཛའ་སམ་པའི་ཡང་ཅེར་བཟླས། །

བསོད་ནམས་ཆོས་དགའ།

ན་རྒྱུང་ལོ་བརྒྱད་བྱིས་པའི་དུས་ནས་འབའ་འབའ་ལུ་གུའི་ཅེ་རར་འགྲིམས། །  
ཁྲ་ཆོམ་མེ་ཏོག་བཞད་པའི་ཆལ་དུ་གཡུ་རྒྱུང་དུག་དཀར་སེམས་ཉེན་བྱས། །  
ཤུག་དམར་ཟོ་རྒྱུང་ལག་ཏུ་ཐོགས་ཏེ་དགོ་དགོའི་དབྱངས་རྟ་འབྲི་མོར་འཕེན། །  
དཀར་གནག་སྒྲུགས་ཀྱི་མིག་སྒྲུའི་སྒྲོང་ན་དང་དྲུང་ཆའི་གཏམ་རྒྱུད་སྒྲིང་། །

སྒྲུབ་མོ་འཆོ།

ཆ་མེད་མི་ཡི་སྒྲོ་བྱམས་བར་ན་ཁྲ་རྒྱུང་མིག་བྱུང་མཆི་མའི་གང་། །  
སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲིག་དལ་གྱིས་རྒྱ་བའི་ཆ་བརྒྱད་རི་བོའི་ཅེ་རུ་འབྲིགས། །  
སེམས་ཀྱི་རྟ་མོ་རང་སར་བསྐྱེགས་ཏེ་ནམ་རྒྱུན་མཁོའི་སྒྲིགས་སུ་ཤོར། །  
ཁྲ་བྱུག་འཇོལ་མོའི་གེ་འབྲུར་སྒྲུབ་མོ་སྒྲིག་དྲུང་སེལ་བའི་གསེས་སྒྲུབ་བཞེན། །

མཐུག་མཐའི་རོལ་བྱངས།

འཇམ་སྒྲིང་ཤར་རུབ་རྒྱལ་ཁབ་དག་ན་མོ་མོའི་ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་ཡིན། །  
འདི་ན་ཁྲེལ་མེད་རང་འདོད་ཅན་གྱིས་མགོ་སྒྲོར་ཆོག་གི་བསྒྲུབ་བྱེད་ཀྱིས། །  
སྒྲུབ་ཤར་བྱ་མོ་ཐབས་ཀྱིས་བཀྱུག་སྒྲེ་ཆེ་གཡོག་བྱེད་པའི་དན་ཤོ་མས་ཀྱི། །  
བཟའ་མའི་རོ་འཇུག་དཀར་ནག་བསྒྲུབ་མཁན་གཉམ་རྒྱུང་བྱ་མོ་སྒྲིང་རེ་རྒྱེ། །

# ཁོའི་སྟན་པ།

མོ་སྟན་བསྟན་དཔ། (ཆབ་མདོ)

གཡང་རོང་དུ་སྐྱེས་ཐོབ་པ།  
ཁྱོད་དང་འགྲོ་བའི་ཕྱི་ཕྱོད་པས།  
ཁྱོད་རང་དུ་དགོས་དོན་མེད་ལ།  
ང་རང་རྒྱལ་དགོས་དོན་ཡང་མེད་ལ།  
“ལས་དབང”གི་སྐྱེས་སྐྱེས་ལྟར་ནས།  
འཆོ་བ་ཡི་སྒྲིང་པོ་འཆོ་བ་རྟགས།  
འདི་ནི་ཁོའི་རེ་བ་དང་ཁོའི་སྟན་པ།  
ཡིད་ཆད་ཀྱི་སྒྲིལ་བསྟན་པ།  
ཁྱོད་དང་འགྲོ་བའི་ཕྱི་ཕྱོད་པས།  
ཁྱོད་རང་སྒྲིལ་པམ་དོན་མེད་ལ།  
ང་རང་རོག་དོན་སྒྲིལ་པམ་མཆིས།  
སྒྲིལ་བའི་ཕྱི་ཕྱོད་པས་ཤིག་ནས།  
འཆོ་བ་ཡི་སྐྱེས་ལམ་བསྟན་རྟགས།  
དེ་ནི་མེས་པོའི་བཅོམ་གདམས་དང་ཁོའི་སྟན་པ།  
རེ་སྒྲིལ་གི་འདམ་བུར་ཚུད་པའང།  
ཁྱོད་དང་འགྲོ་བའི་ཕྱི་ཕྱོད་པས།  
དོགས་སེམས་ཀྱི་སྐྱེས་དོན་མེད་ལ།  
ཡིད་ཆས་ཀྱིས་འཆོག་དོན་ཡང་མེད།  
སྐྱེས་ཅི་དང་རྣམ་ཤེས་དཀྱོགས་ནས།  
འགན་འཁུལ་ཡི་ལག་པ་བརྒྱུད་སྟན་པ།  
བདེན་དོན་ཀྱི་མར་གསར་འདོན་རྟགས།  
དེ་ནི་མེས་པོའི་རེ་བ་དང་ཁོའི་སྟན་པ།  
ཁོའི་སྟན་པ།

# མེ་ཆེན་ཁྱེད་གི་དེ་མོ།

འབྲུམ་གསར་བཅན་ལྷེས། (རྩ་མཉམ་སྒྲིལ་)

གཞོན་པའི་སྟོས་ན་གན་པའི་བྱ་བཞག་རྣམས།  
འབྲུམ་བཞོན་རེད་བསམ་ཞེན་པའོག།  
གན་པོས་སྟོས་ན་གཞོན་པའི་བྱ་བཞག་རྣམས།  
སྟོན་པའི་ཀྱན་སྦྱོང་ཡིན་སྟམ་ཐེ་ཆོམ་ཟ།

ཕྱག་པོའི་ང་མེན་འབྱོར་ལྟན་མེད་ན་བསམ།  
མེད་པོའི་ང་འདྲ་རིགས་མཐུན་མང་ན་བསམ།  
དོན་ལ་མེ་ལྷས་ཡིན་ལྷགས་འདྲ་ན་ཡང་།  
བསམ་པའི་འབྱོར་སྟོན་མེ་གཅིག་ཁྱེད་རེད།

ཐོབ་ཆེན་སྒྲིལ་པོན་མཐོང་ན་དོད་གའ་བཤད།  
འབྱོར་ལྟན་ཕྱག་པོ་མཐོང་ན་དོད་འཇུག་སྟོན།  
སྒྲིལ་པོ་དཔུང་པོ་མཐོང་ན་མིག་ལོག་བཟ།  
འདི་འདྲའི་སྒྲིལ་པོ་མཐོང་ཆེ་སྒྲིལ་རེ་ཤོ།

ན་གཞོན་པའི་མེར་ཏ་ཅང་འབྱུང་ཆེ།  
སྒྲིལ་པོན་པའི་མེར་ཏ་ཅང་ཕྱག་དོག་ཆེ།  
ཕྱག་པོ་པའི་མེར་ཏ་ཅང་མེར་སྒྲིལ་ཆེ།  
ཆེ་བའདི་གསུམ་མཐོང་དུས་སེམས་པ་སྒྲིལ།

དེང་རབས་སྒྲིལ་པོ་ཁྱེད་ལོན་ཏན་ཆེ།  
སྒྲིལ་པོན་པོ་ཁྱེད་ལོན་སྒྲིལ་ཆེ།  
འབྱོར་ལྟན་ཕྱག་པོ་ཁྱེད་ལོན་ཏན་ཆེ།  
ཆེ་བའདི་གསུམ་མཐོང་དུས་སྒྲིལ་བཞེས།



## འཇགས་མི་ཁྱིད་པའི་གོམ་སྒྲ་སྟན་མོ།

——དེང་རབས་ཚུམ་པ་པོ་རྣམས་ལ་ཕུལ་བ།

བྱང་ཡིག་འཇམ་དབྱངས་བཟླ་ཤིས། (མཚེས་ལྔ་)

སྟན་སྒྲིམ་ཆོར་བའི་གྲུབ་ཆ་ཞིག་ན།  
རིགས་ལ་བཅེ་བའི་འདྲ་ཤེས་འཕྱོ་ཞིང་།  
ཉམས་ཀྱང་མང་པོའི་རྒྱབ་སྤྱོད་ལོགས་སྟུ།  
སྟན་པའི་གོམ་སྒྲ་དམིགས་ཏུ་བསྐྱུན་འདུག།  
  
བདེ་སྤྱག་གཅིག་གི་དམིགས་བྱའི་དོན་དུ།  
ཐབས་ཤེས་བྱང་གི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས།  
སེམས་ཀྱི་རིམ་མུག་ཅེར་བཀོད་དེ།  
སྒྲོ་བ་གསེའི་རྣམ་པ་མཐོ་ཏུ་སྤེལ་འདུག།  
  
བསམ་གཞིགས་སྟོང་གི་སྟན་ངག་རེ་རེ།  
རང་གི་རིགས་ལ་སྒྲིམ་སྤྱུ་ཕུལ་བས།  
ཉམས་པ་མེད་པའི་བསམ་སྒྲོ་དཀར་པོས།  
ཚུངས་འདིའི་ལམ་ཆེན་བསྐྱུར་ཏུ་བསྐྱུན་སྟེ།  
  
ཕ་སྐད་གཙང་མའི་དཔག་བསམ་ཚུན་བཟང་།  
རྣམ་དག་ཡིག་འཇམ་ཆོར་བསྐྱུན་ཏེ།

མི་རིགས་གཅིག་གྱུར་འབྲས་བྱ་བཟང་བོ།  
ལེན་པའི་མཛུབ་སྟོན་ཡང་ཡང་གནང་རོགས།  
  
སངས་གྲུབ་མཐའི་ཉལ་བའི་ཚུགས་རིས།  
ངན་པའི་བསམ་སྒྲོ་གཞི་ནས་སྤངས་ཏེ།  
གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་མཛའ་བཅེའི་བར་ནས།  
མེས་པོའི་ཕྱག་རྒྱུ་སྤྱོད་གསེབ་སྟེ།  
  
ལས་དབང་གཅིག་གི་ཤོགས་སྤྱུ་ཁྱུར་པའི།  
ཁ་སྒྲིམ་གཅིག་པའི་ང་དང་ཁྱོད་ཆོ།  
གོམ་སྒྲ་འདི་ལས་ཀྱལ་ཡང་པམ་ཡང་།  
མི་འགྱུར་སྟོང་སྟོང་བས་རིགས་ལ་ཕུལ་ཆོག།  
  
ནམ་ཞིག་རེ་བའི་ལོ་རྒྱའི་འོག་ནས།  
རིག་པའི་མེད་ཀྱི་མཚན་པར་བཤམས་ཏེ།  
འཇམ་སྒྲིང་ཞི་བདེ་འཆོབ་རོལ་བཞིན།  
རྒྱལ་ཁབ་གོམ་སྒྲ་བའི་སྟོན་ལམ།

# ༡ གྲུན་གཟིགས་པ་འཆེན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ཉིད་ཀྱི་ གལ་ཆེའི་བཀའ་སློབ་ལྟོགས་བཅུ་ལ།

༡

པོད་པ་མཆོན་ནའང་འདྲ། པོད་ཀྱི་ཤེས་ཀྱི་ལ་མཆོན་ནའང་འདྲ། པོད་མིག་ཡོངས་ཁྱབ་  
ལེད་སྒྱུད་གཏོང་བ་ལྟ་དང་། ཆོས་ཕྱགས་ཀྱི་མྱིད་རྒྱས་ལག་ལེན་ལག་པོ་བཟུང་བ་ལྟ་  
འཆད་ཉན་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་ལྟ་བུ་ལེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། པོད་ཀྱང་ད་ལྟ་མི་ཤག་གཟིག་གི་  
ཐུང་བའི་ནང་ཆ་བནས་ཐག་ཆེད་མེད།

༢

དགོ་འདྲན་ནམ་པ་ཆེ་ད་ལྟ་ཆོས་དང་རང་མོས་ཀྱི་མྱིད་རྒྱས་ལག་དགོན་པ་ཆེ་ཆོས་སྒྲིབ་ལྟ་ཆོས་སྒྲིབ་  
ཆོས་སྒྲིབ་ལྟ་དང་། སློབ་གཉེན་ལང་རིམ་བཞིན་སྒྱགས་ཉི་ཉ་ཅང་ལག་པོ་ཆགས་ཡོད། མིན་  
ནའང་ང་ཆེའི་ལས་ཀ་འདི་འགོ་ཆོས་ཙམ་ལས་ད་ལྟ་མཐུག་ཀྱིས་སྒྲིབ་ཐུང་ཐུང་ཡོད། དེ་འདྲ་སྒྲིབ་ཙམ་ལས་  
ཁྱེད་རང་ཆེན་བྱ་ལས་ལ་སྒྱག་བར་བྱིམ་ནས་བྱིམ་མེད་བར་རབ་ཏུ་སྒྲིབ་བ་མིན་ལས་སེ་ཐར་ཀྱི་སྒྲིབ་བ་  
ཁས་སྒྲིབ་པ་བནམས་སྒྲིབ་བཞིན་ཏུ་སྒྲིབ། ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་འདི་འདྲ་པོ་འདྲ་པོ་དང་། དགོན་པ་ཆེ་དགོན་  
པའི་འདྲ་པོ་དགོན་པ་མ་གཏོགས་སྒྲིབ་མིན་སེར་མིན། དགོན་མིན་བྱིམ་མིན་དེ་འདྲ་མ་གནང་  
རྒྱལ་ལ།

༣

ནམ་པ་ཆེ་དགོན་པ་དང་སྒྲིབ་སེ་སེར་ཕེབས་སྒྲིབ་སེ་སེའི་དགོན་པ་ལག་པོ་ཡོང་བ་གནང་དགོས་  
པ་ལས། ཟུང་ཟུང་ཁེ་ཆ་བནས་ལ་གནང་རྒྱལ་ལ། ཟུང་ཟུང་ཁེ་གནང་ན་དགོ་མཆོན་ཆ་བནས་ཡོད་  
པ་ལ་རེད། ཆོས་དང་། མི་ཆེ་སེ་སེ་བཙས་ལ་དགོ་མཆོན་གང་ཡང་མེད། ལས་བྱས་པ་འདི་དག་  
མང་ཆེ་པའི་དགོངས་པར་འགྲོ་བུ་ཡང་། དགའ་རེའི་ཕྱགས་ལ་འགྲོ་དང་མི་འགྲོ་ཡོང་གི་རེད། པོད་  
ཀྱང་སེ་སེའི་དགོངས་པ་ལག་པོ་ཞིག་བཞེས་ན་མཆོན་གྱི་རེད།

༤

དགོན་པ་སྒྲིབ་ལ་སྒྲིབ་ཁབ་ནས་དམིགས་བསལ་ལྟ་རྟོགས་གནང་དགོས་པ་རེད། གང་སྒྲིབ་  
པའི་དཀོན་པོ་ཡོངས་སྒྲིབ་གཙོ་པོ་དགོན་པའི་སེ་སེའི་ལྟ་བུ་འཆོ་བ་དང་། དགོན་པ་ཉམས་གསལ་  
སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་གཏོང་དགོས་པ་དང་གཟིག་ གཉིས་ནས་དགོན་པ་སེ་སེ་རང་གི་བྱ་བ་གཟིག་བྱ་མ་མིན་

པར་ཁྱེ་ཆོག་མཁུ་ལྷན་གྱི་བུ་ལ་ལྷན་པ་དགོས། ད་ཉི་མའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྐབས་ཆ་བུ་ལག་  
པོ་མེད་པ་རྒྱུ་ལ་བཟང་མེད། བྱིན་ཆད་རྒྱུ་ལ་བཟང་ཏེ་བྱིན་མེད་ན་ར་ཆོས་ཁྱེ་ཆོག་ལ་ལན་བཤི་བྱ་  
བུ་གང་ཞིག་བྱེད་དགོས། ར་ཆོས་ཁྱེ་ཆོག་ལ་ལན་བཤི་བྱ་བུ་གང་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཤི་ན། མྱོང་བྱ་  
འབྲུག་སྐུ་དང་། ལྷན་ཁང་འབྲུག་སྐུ། ལྷན་གསེལ་ཁང་འབྲུག་སྐུ། དུ་བྲུག་སྐུ་གསེལ་ཁང་  
འབྲུག་སྐུ། དེ་བཞིན་ཕྱང་པར་ས་མོ་མ་དང་། ལྷན་སྐུ་ཆུ་མོ་སྐུ་སྐུ་མེད་མེད། ལྷན་གསེལ་  
ཁང་ལྷན་པར་བྱུང་གཞི་དུ་ཆེ་བྱུང་ནས་མི་མང་ལ་དགའ་ངལ་མེད་ཏེ་སྐུ་ཆང་མཚན་བྱུང་བྱེད་དགོས།  
འདི་འབྲུག་ཁྱེ་ཆོག་ལ་ལན་བཤི་བྱ་བུ་སྐུ་ལྷན་པ་མེད་ཆོས་ཀྱང་དགོན་པ་དང་བྱ་བ་ལ་དད་པ་མཚན་ལས་  
ཕྱག་སྐུ་ཆེ་ཏེ་འགྲོ་བྱ་ཡིན།

1989.1.24

4

དགོན་པ་ཆང་མཚན་གྱི་ལམ་ཀྱན་མྱོད་མེད་བཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ལ་གཏོགས། མགོ་མེད་མཚུག་  
མེད་བྱས་ན་འགྲིག་སྐུ་མ་རེད། དགོན་པར་བྱ་བ་གནང་ཆུང་བཤི་ཆེས་ལྷན་སངས་ལྷན་གྱི་འབྲུག་པ་  
ནས་མི་ལྷན་གསུང་བ་དང་། དགོན་པར་རང་གི་ལམ་ཕྱག་ལ་བཅུ་དགོས། ར་ཆོས་མེད་པ་བཟོ་  
ཡིས་ནི་བཀའ་བཀོད་མུད་འཛིན་གྱི་དམིགས་བསལ་དབང་ཆ་དང་། བུ་གཞོག་གི་ལམ་ཕྱག་དེ་  
ཡིན། ཡིན་ནའང་ཆོས་ཁྱེ་ཆོག་མེད་དགོས་པ་རེད། ཆོས་ཁྱེ་ཆོག་མེད་ན་དགོན་པ་གང་འབྲུག་མེད་  
གི་རེད་དམ། དགོན་པའི་ནང་གི་བཀའ་བཀོད་མུད་འཛིན་གྱི་དམིགས་བསལ་དབང་ཆ་དང་བུ་  
གཞོག་ལམ་ཕྱག་ཟེར་བ་དེ་དག་དམངས་གཞིའི་བཙུན་ལྷན་ལྷན་པ་མེད་པར་བཟོས་པ་རེད། དེ་ནི་  
འགྲིག་པ་དང་ཡང་དག་པ་ཞིག་རེད། ར་ཆོས་ལྷན་གསེལ་བྱས་ན་འགྲིག་སྐུ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་  
དགོན་པའི་ནང་གྱི་ལམ་ཀྱན་མྱོད་མེད་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡང་ལག་པོ་མེད་བཞིག་མྱོད་དགོས་པ་ལ་  
གཏོགས། མགོ་མེད་མཚུག་མེད་བྱས་ན་གཞན་མེད་གི་རེད་དམ། དད་ལྷན་མྱོད་པས་གང་འབྲུག་  
ཏེ་བཟོད་ནམས་གསོག་བྱུང་གྱི་རེད་དམ། ལྷན་པ་ལྷན་བྱུང་བས་ཁྱེ་ཆུང་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་གྱི་བྱ་བ་ལ་བྱེད་  
གསུངས་ཡིན། མོ་མོ་རང་གི་བྱེད་ལྷན་ལག་པོ་མ་བྱུང་ན་ཁྱེ་ཆུང་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་གྱི་བྱ་བ་ལ་བྱེད་  
གིས་ཆོད། དེར་བཞེན་ཆང་མཚན་ལྷན་པ་ལག་པོ་གནང་རྟོགས།

2026.3.30

# ཡུ་ཚང་དགོན་པའི་སྒྲིག་ལམ་དང་སྒྲོབ་གནེར་ ལམ་ལུགས་ཀྱི་རྩ་སྒྲིག་མདོར་བཅུས།

རྒྱ་གྲུ་ལ། (མཚེ་ལྗོད་)

ཡུ་ཚང་དགོན་པ་ནི་རང་ཁང་དུ་སྒྲིག་ལམ་དང་སྒྲོབ་གནེར་ལམ་ལུགས་འབྲུས་ཚང་བའི་དགེ་ལུགས་པའི་དགོན་  
ལྷེ་ཞིག་ལྟེ། ༡༩༥༡ལོར་སྐུ་མཁའ་ལོ་ལྷན་པ་ནས་ལོ་རྒྱུ་ལྷན་གྱི་བར་དུ་རིག་གནས་དང་ཆབ་སྲིད། མི་རིགས་  
ཀྱི་མཐུན་སྒྲིལ་བཅས་སུ་དགེ་མཚན་མི་དཔལ་པ་ཞིག་སྤངས་ཤིང་། ལྷན་པར་དུ་ནང་བསངས་རྒྱས་པའི་ལུང་རྟོགས་  
ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་གསུམ་ཁོད་སྐབས་འབྲས་ཆེན་པོ་སྤངས་པ་ལྟེ་གཞུང་གི་དོན་ལ་ཐུགས་ནས་མཁའ་  
པར་བྱས་ཏེ་ལུང་གི་བསྟན་པ་བཟུང་། དེའི་དོན་ཉམས་སུ་སྤངས་ནས་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྤེལ་བར་  
མཛད།

## གཅིག དགོན་པ་སྐྱར་གསོ་བྱས་ནས་ད་ལྟའི་བར་གྱི་གནས་ཚུལ།

ཆོས་དད་རང་དབང་གི་རྩ་བ་ལས་བཤད་ན་དགོན་ལྷེ་སྐྱར་གསོ་བྱེད་པའི་དམིགས་ལུས་ནི་ཆོས་ལུགས་ཐོབ་ཐང་  
ལ་སྤང་སྐྱོབ་དང་ཆོས་དད་མང་ཚོགས་ཀྱི་དད་པའི་དགོས་མཁོ་སྐོང་བའི་ཆེད་ཡིན་ལ་ང་ཆོས་དེ་གཞིར་བཞག་པའི་སྤྱི་  
དུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་སྦྱིད། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཞི་བདེ་བཅས་ཀྱང་ཡིན་པ་རེད།  
མདོར་ན་དེ་དག་ཚང་མ་ཐོས་བསམ་སྒྲུབ་གསུམ་དང་འབྲེལ་ཡོད། དེ་བས། དགོན་པ་འདི་སྐྱར་གསོ་བྱེད་དུས་  
ཐོག་མར་བཟུང་བའི་ཁ་སྐྱོགས་དང་པོ་ནི་མང་ཚོགས་ལ་ཁ་གཡར་ནས་གྲོང་ཆོག་འབྲིམ་པ་དང་། ཆོས་ཐོག་ལ་ཁ་  
གཡར་ནས་གནག་ཐུགས་གསོད་པ། གཞན་དོན་དུ་ཁ་གཡར་བའི་སྤྱོད་རྒྱུ་གྱི་ལམ་ལུགས་ངན་པ་དག་མེད་པར་  
གཏོང་བ།

གཉིས། གཞུང་པོ་ཏི་ལྷ་ཐོས་བསམ་སྒྲུབ་པ་དམ་པའི་ཐུག་སྤྱོད་བཞིན་དམིགས་སུ་འཛིན་པ་དང་། དགོན་  
པའི་ཁོར་ལུག་དང་གནས་མལ། འཇུགས་སྐྱོན་སོགས་འདུལ་བའི་ཆེད་གཞི་རྩུར་ལེན་པ། འདོད་རྩུང་ཆོག་ཤེས་  
དང་། གཉོམ་རྩུང་ཞི་དུལ། ཐུགས་མཐུན་ཁྲིམས་གཅོད་སོགས་བཀའ་གདམས་དམ་པའི་རྣམ་ཐར་མིག་རྟོས་བྱེད་  
པ།

གསུམ། རྟེན་བཞེངས་པལ་བ་དང་སྒྲོབ་གནེར་གཙུག་པོ། དཔལ་འབྱོར་པལ་བ་དང་། འདུལ་བའི་ཐུག་  
ལེན་གནད་དུ་འཛིན་པ་བཅས་དཔལ་རི་བོ་དགེ་ལྷན་པའི་རྩ་སྒྲིག་གསུམ་ལམ་བཟུང་བར་བྱེད་ཅིང་ད་སྐབས་དགོན་  
པ་འདིར་གྲུབ་བརྒྱ་ཕྱག་འགའ་བཞུགས་པའི་ཁོད་དུ་ཀན་སུ་དང་ནང་སོག་ མཚེ་ཤར། མ་རྩོ་སོགས་ས་ཁུལ་

གཞན་ནས་སློབ་གཉེར་དུ་ཕེབས་པ་ཡོད་ལ་འདི་ལས་རྒྱ་དང་སྐད་ཡིག་། རྟོག་བཅས་མི་རིགས་གཞན་པ་འདྲ་ཏེ་གྲ་  
བརྒྱུན་བརྒྱུ་ལ་ཉེ་བ་དག་གིས་ཡར་ཕྱིན་རབ་འབྱམས་པའི་དམ་བཅའ་བཞག དེ་ལས་གྲ་བརྒྱུན་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱིས་  
བཀའ་རམས་པའི་འཛིན་གྲུ་སློབ་གཉེར་གནང་བཞིན་ཡོད་ཅིང་ལུ་མ་ལུ་དུ་འཛིན་གྲ་རིས་སར་ཕྱིན་དམ་བཅའ་  
འཛིན་གྲུ་བཅུ་ཅིང་འཛིན་གྲ་རིས་བཀའ་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་ཆོན་ལ་སློབ་གཉེར་བྱེད་གྲུ་བཅུ་པ་བཅས་སོ། །

གཉིས། གྲ་བ་བཟུ་ལེན་བྱེད་པའི་ཆད་གཞི།

གཅིག རྒྱུ་འདིའི་མངའ་ཁོངས་ཀྱི་མི་ཡིན་ན་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་ལ་སོན་ནས་ཆོས་དད་རང་དབང་གི་ཐོབ་ཐང་  
ཡོད་པ་དང་གཅིག རང་གི་ཕྱི་བཤམ་པ་ལ། གཉེན་ཉེའམ་ཡང་ན་རང་ཉིད་བདག་སྤྱོད་ཐང་གཏོགས་མངའ་  
དབང་གི་མོས་མཐུན་ཡོད་པ་དང་གཉིས། སློབ་གྲྭ་བ་ཡིན་ན་སློབ་གྲྭ་འཐད་པའམ་ཡང་ན་སློབ་གྲྭ་ནས་ཕྱིར་འབྱུང་  
པའི་གནད་པ་ཐོབ་པ་དང་གསུམ། སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་ཁྱིམ་འགལ་དང་ཡང་ན་གཉེན་སྤྱི་དང་ཁྱིམ་དབང་བདག་  
སྤྱོད་གི་ཐང་ནས་ཚོད་པ་མེད་པ་དང་བཞི། རང་ཉིད་གྲྭ་བ་ཕྱེད་པའི་རེ་འདུན་ཕྱོག་ཏུ་མེད་པ་དང་བཅས་ལྷ་ལྷན་  
དགོས་ཏེ་ཆ་ཕྱིན་དེ་དག་འཛོམས་ན་དགོན་པར་བྱུང་དུ་སློབ་སྦྱོང་གི་གོ་སྐབས་སྤྱད་པས་ལོ་གསུམ་ལ་སྦྱོང་ལམ་ལ་  
བརྟགས་ནས་ཆད་དང་ལྷན་ན་དགོན་པའི་ཚོགས་འདྲོན་ཁ་ཆང་དང་གྲྭ་བ་མཐའ་ཙུ་བ། མདོན་ཏོགས་རྒྱན་རྒྱགས་  
སྤྱད་དེ་དགོན་པའི་ཆོས་གྲྭ་དང་ཚོགས་གཉིས་ཀར་ཁྱགས་ཆོག སྤྱི་བཏང་ལོ་ན་བཅོ་བརྒྱད་མ་ལོན་པ་དག་བསྐྱེལ་  
འོང་ན་ཆོས་སྤྱིད་གཉིས་ཀའི་ཐང་ནས་སློབ་གསོ་བཏང་ཏེ་རང་དབང་རང་འཐད་དང་། ལོ་བཅོ་བརྒྱད་ལོན་པ།  
སློབ་འབྱོར་མཐར་ཕྱིན་པ་བཅས་དམིགས་སུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད།

གཉིས། རྫོང་གཞན་པའི་གྲུབ་ལས་དམོན་པ་གཞན་པའི་གྲུབ་སྒྲིབ་གཉིས་པཡིན་ན། ཁྱིམ་ས་གཙང་ཁིང་  
སྒྲིམ་པར་ནག་ཆང་རྒྱ་སྐོག་སྤྱི་ཁ་སྒྲིམ་མ་སྐོག་པ་དང་གཅིག དམོན་པ་དེར་འགྲིག་འགམ་གྱི་གཏོར་བརྒྱག་དང་  
ཆབ་སྲིད་ཐད་ནས་ཉེས་སྦྱོན་མེད་པ་དང་གཉིས། དམོན་པའི་དམངས་གཙོ་དོན་དམ་ཕྱུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་དང་ཕྱུ་མ་ཚོ་  
སྲིད་གཞུང་། རྫོང་ཆོས་འཁུགས་རྩུུ་བཙས་མོས་མཐུན་གྱི་རོ་སྟོན་ཡི་གེ་ཡོད་པ་དང་གསུམ། དམོན་འདིའི་  
དམངས་གཙོ་དོན་དམ་ཕྱུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གིས་ཕྱུ་མ་ཚོ་སྲིད་གཞུང་དང་རྫོང་ཆོས་འཁུགས་རྩུུ་ལ་སྒྲན་བྱ་ཕྱུ་ལ་ཉེ་ཆོས་མཆན་  
བཀོད་པ་དང་བཞི་བཙས་འགྲོ་རིམ་འདི་གྲུབ་ན་ཡོ་གཅིག་རིང་ཟུར་དུ་སློབ་སྦྱོང་གི་གོ་སྐབས་ཁྱིན་ནས་སྦྱོང་ལམ་  
བརྟགས་ཉེ་ཆོད་ལྗན་ཡིན་ན་གྲུབ་མཐའ་ཙུ་བ་དང་མངོན་རྟོགས་རྒྱན། དབུ་མ་འཇུག་པ་བཙས་རྒྱགས་སྤྱད་དེ་  
ཆོས་ས་དང་ཆོས་གྲུང་ཞུགས་པ།

གཏམ།      ལྷ་པོ་ལྷོད་པམ།

མི་དུག་མ་ཐུན་སྒྲིལ་ལ་ཕྱགས་སྒྲོན་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་བཙུགས། དམ་ཆོག་སྒྲུབ་པ་ཚུལ་  
བཞིན་དུ་སྤྱང་བའི་རོང་དཀོན་པའི་ཆོས་འཆད་ཉན་ལ་རྒྱུར་བཙོན་བྱེད་པ་དང་གཅིག ལྷ་མག་ཆེན་པོ་དང་ནང་དུ་  
འབྲལ་བྱེད་སྒྲིལ་སྒྲིག་ཆས་དེ་མོ་སྒྲུ་ཆོག་པ་བཞེད་སྒྲིག། གོས་ནོམ་ཙ་ཆེན་སྒྲིག་པ་ཀྱིས་གནས་མལ་རྒྱས་སྒྲིག་གཏན་  
ནས་བྱེད་མི་ཆོག་པ་དང་གཉིས། ལྷ་རྒྱུད་འབྲལ་ཆས་དང་བརྟན་འཕྲིན་མེལ་དང་། ཆེད་ཆས་དུག་པ་འཛིན་པ་དང་  
དུས་ཆེད་འཁོར་ལོ་འདོགས་པ། ཐེལ་མིག་གྱུན་པ་སྒྲིག་པ་མི་ཆོག་པ་དང་གསུམ། གཟན་ཤམ་ལ་ནག་ཁད་འབྲེམ་



པ་དང་ཁྱ་ལྟམ་ལྟམ་ཆོག་པ་དང་། ཐེར་མ་ལྟམ་གསལ་མོམ་པ་ཙུ་ཆེན་རིགས། སྟོང་འགག་ཁྱུན་བྱག་མ་དང་ཕྱག་  
 ལེན་མེད་པོ་ཅན། གོས་ཕུ་ཕུང་སོགས་ཀྱི་ན་པའི་རིགས་གོན་མི་ཆོག་པ་དང་བཞི། ལྷ་ཐ་དང་དུ་བ་སོགས་འཐེན་  
 མི་ཆོག་པ་དང་སྒྲ་སོར་གང་ལྟག་དང་སྒྲ་ར་ཁ་སྒྲ་སོགས་བཞག་མི་ཆོག་པ་དང་དྲི་ཁིམ་གྱིས་བྱགས་པ་སོགས་མི་ཆོག་དང་  
 ལ། ཡར་མར་ལ་འགྲོ་དུས་སུ་དུས་རྒྱུན་དགོན་པའི་སྟོང་ལམ་ལས་ཁྱིམ་ཆས་སྤྲས་པ་འམ་ལྷ་མོ་དང་ཀྱུན་པ་ཆ་ལྟགས་  
 ཡམ་བྱང་བྱེད་པ་སོགས་མི་ཆོག་པ་དང་དུག འགོང་རྩོད་དང་ཤོ་རྒྱག་པ། རྩལ་ཆས་བརྒྱུད་པ། བྱ་ལེན་གར་  
 འབྲབ་བྱེད་པ། བརྟན་འཕྱིན་ཁང་དང་། སྟོག་བརྟན་ཁང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་རྩལ་ཆེད་ཁང་དུ་སོང་མི་ཆོག་  
 པ་དང་བདུན། ཆོས་གོས་རྩམ་གསུམ་དང་འདིང་པ་སོགས་དགེ་ཚུལ་སྤྲོད་གི་ཉེར་སྟུང་རྒྱུན་དུ་འཆང་དགོས་པ་དང་  
 བརྒྱད། མིག་སུམ་ཡན་གྱ་ཤག་རྒྱ་ཆོག་ས་ནས་ལོང་གཏམ་དང་སྟོན་མོ་བྱེད་པ། ལྟ་རིག་འདྲེ་མཐོང་དང་ལྟ་པ་བཅོ་  
 འབེབ་སོགས་གཏན་ནས་བྱེད་མི་ཆོག་པ་དང་དགུ། ཆོང་དང་ཁིང་། སྟོང་གི་བྱ་བར་ཐེག་ཏོགས་དང་འཇིག་རྟེན་  
 པའི་སོ་ཆོས་སྟེང་དུ་འདུར་རྒྱགས་བྱས་མི་ཆོག་པ་དང་བཅས་བཅུ་འཛོམས་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།

བཞི། སློབ་གཉེར་ལམ་ལྟགས།

དགོན་པའི་འདིར་གྱ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ཀན་གཞོན་ངེས་མེད་ཀྱིས་སློབ་གཉེར་གནང་དགོས་ཤིང་འདིར་སློབ་  
 གཉེར་གྱི་ལམ་ལྟགས་ཅུང་ཁ་ཆང་ཁིང་ཁིབ་ཆགས་ལྟན་པ་ཡིན་པས་ཁིབ་རྒྱུང་སྟོང་བྱེད་པར་བྱ་གྱེ།

༡། སློབ་གཉེར་བའི་ཆོད་གཞི། འདིར་སློབ་གཉེར་བའི་གོང་ས་ལྟ་བུ་ཆེན་པོས་གསུངས་པ་ལྟར་མཆོན་ཉིང་  
 པའི་སྐབས་འདིར་སྤྲེལ་བྱེད་ཀྱི་བཟང་ལྷ། མི་ཆེན་གྱི་སྤྱིགས་ལ། སྟོན་ཆེན་གྱི་སྤྱབས་ལྟེར། སྤགས་པའི་བརྒྱལ་  
 ལྟགས། སྤྲུང་གི་མི་ཆོས་སོགས་རེ་དོགས་གང་ཡང་མི་དགོས། དགེ་འདུན་གྱི་ཁྱིམ་ས་དང་མ་འགལ་ཁིང་དཔེ་ཆ་  
 ལྷང་རིགས་ནུས་ཕྱིན། རྩམ་གྲངས་མང་བའི་གཡེང་བའི་རྩོད་དང་སོ་ཕག་གི་ཁྲིས་པོ་ནི་མེད། ལྷང་བ་གདོང་  
 གཏད་ཀྱི་ཉམས་འཆར། འཕྲལ་སྒྲོ་བདེ། སྤགས་ཞིག་ཅང་། ཆོས་སྟོང་གྱི་གདངས་དང་ཆོས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྤྱོད་སྟེ་  
 སྟོང་ཁོང་སྟོང་ཁང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོ་འདིར་སྤྲོད་ཤིང་མཆོང་བའི་མི་དང་ནམ་ཡང་མི་བསྟན་པར་མཐོ་མཐོ་  
 རྒྱང་ལ་བསྐྱར། དམའ་དམའ་ཆུ་ལ་བསྐྱར་ཉེ་བྱེད་ཀྱི་སྟོང་ལམ་འཆག་བཟུང། ནང་གི་ཉམས་སུ་བཞེས་སྤངས་  
 སོགས་བཀའ་གདམས་གཅོང་མའི་རྩམ་ཐར་ལ་མིག་སྟོས་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།

༢། བསྐྱབ་བྱའི་དེབ། བསྐྱབ་བྱ་ནི་ཆོད་མར་རྩམ་འགྲེལ་རྒྱུ་ཆེན། ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད། སྤྱི་དོན་  
 རྩམ་གཉིས་དང་རྩམ་འགྲེལ་མཐའ་དཔྱད་གཞིར་བཅས་བསྐྱས་གྱི་སྟོན་ཉགས་བཅས་མཐའ་དཔྱད་དང་མཆོན།  
 དཀའ་འགྲེལ་དོགས་དཔྱད། སར་བྱིན་ལ་གསེར་འབྲེང་དང་རྩམ་བཤད་སྟོང་པོ་རྒྱན། སར་བྱིན་མཐའ་དཔྱད།  
 མཆོད་དོགས་དཔྱད་དང་དཀའ་འགྲེལ་དང་བྱུར་བཀོད་བཞི་དང་བཅས་པ། དབུ་མར་རྒྱུ་ཆེན་རིགས་པའི་རྒྱ་  
 མཆོད་དང་རྩམ་བཤད་དགོངས་པ་རབ་གསལ། དབུ་མའི་མཐའ་དཔྱད། དབུ་མ་ལྷང་རིགས་སྟོན་མེད་དང་དཀའ་  
 འགྲེལ་མཛོད་མཐའ་དཔྱད་དང་མཆོམས་མཛོད། མཛོད་ཀྱི་དཀའ་འགྲེལ། བྱུར་མཐའ། འདུལ་བ་མཆོད་རྒྱུ་  
 མཐའ་དཔྱད། དཀའ་འགྲེལ་སོགས། སྤགས་ལ་སྤགས་ཀྱི་སྤྱི་དོན་དང་སྤགས་རིམ་ཆེན་མོ་སོགས་ཇི་ཡང་སྤྲས་  
 དང་སྟོ་མང་ཡིག་ཆ་གསར་བ་འབྲེལ་ཡོད་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ།

༣། འཛིན་གྱ་དང་སློབ་ཡོན། དགོན་འདིར་འཛིན་གྱ་ནི་གྱ་ས་ཆེན་པོའི་ནང་བཞིན་བསྐྱས་གྱི་འཛིན་གྱ་

[illegible]

ང་། དག་ཅེས། གཞན་ནས་གདན་འདྲེན་བྱ་བ་དང་རང་གི་དགོན་པའི་དག་ཅེས་གཉིས་ཟུང་དུ་སྒྲེལ་ནས་དེ་  
སྒྲེལ་ཆོས་མཛེས་ཅིན་པོ་ཆེ་དང་དག་འདུན་གྱི་མཚོ། ཡོན་ཏན། དར་གྱིས། དཔལ་པ་བཟང་བཅས་རང་དགོན་པའི་  
དག་བཤེས་དང་གཞན་ནས་གདན་འདྲེན་བྱས་པའི་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་རྗེ་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཚོ། སྒྲེལ་རྒྱུ་འོད་ཟེར་  
གྱི་མཚོ། སྤང་སྟག་སྟོན་ལམ་གྱི་མཚོ། ལྷ་ཟང་དག་འདུན་གྱི་མཚོ་བཅས་བྱས་ཤིང་བྱུང་པར་སྤང་སྟག་སྟོན་ལམ་གྱི་  
མཚོ་བྱས་ནས་ལོ་བཅུ་འཁྱམ་ལ་མདོ་སྟགས་གཞུང་ལུགས་རབ་འབྱམས་ཀྱི་འཕྲོ་བཤིང་གཟབ་གྱིས་སྟག་ནང་བ་སྟགས་  
དེ་སྟར་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུའི་རིང་ལ་གཞུང་བཀའ་པོད་ལྷ་ལ་མཁས་པའི་རིགས་པ་སྣ་བ་མང་དུ་བསྐྱབས་པས་ན་གཞོན་དག་  
ཅན་བཅུ་ལྟག་ཡོད།

ཅ: དུས་ཚིག་བཀོད་སྒྲིག་ བཅ་རྒྱུན་བཞིན་ཞོགས་པའི་རྒྱ་ཚིག་ལཱའི་ཕྱིང་བཞེངས་ཏེ་རྒྱ་ཚིག་ལྟ་དང་ཕྱིང་  
 ཀའི་བར་འདྲ་ཁང་བྱམས་སུ་སྦྱོར་སྦྱངས། དེ་ནས་ཚོགས་ལ་ཚོགས་ཏེ་རང་གཞན་ཕན་བདེ་དང་བགེགས་དང་བར་  
 ཚད་ནི་བར་ཞབས་བརྟན་རིམ་གྱི་དང་བསྟོ་སྟོན་བཟང་པོས་མཚམས་སྦྱར་བྱས་ཏེ་བརྟུང་དང་ཕྱིང་ཀའི་ཕྱིང་གྲོ་ལ།  
 དུས་ཚིག་བཅུ་ནས་བཅུ་གཅིག་དང་ཕྱིང་ཀའི་བར་དཔེ་བྲིད་ཡོད་པའི་འཛིན་གྲུ་དག་དཔེ་བྲིད་འགྲིམ། མེད་པ་དག་  
 བྱམས་རར་ཚོགས་ཏེ་སློ་ཁ་མཐོ་དམན་གྱིས་འཇུག་བྲིད་དང་གཞུང་མང་ཞིབ་བཟུར། དཀའ་གནད་བསྟོ་སྦྱང་  
 བཅས་ཕྱེད། ཕྱི་དྲོ་རྒྱ་ཚིག་གཅིག་དང་ཕྱིང་ཀ་ནས་བཞི་བར་ཚོས་གྲུ་སྟེ་ཐོག་མར་དུས་ཚིག་ཕྱིང་ཀའི་རིང་ལ་རང་  
 རང་གི་ཐད་གྲུ་གཞུང་ལུགས་རྣམས་སྟོ་སྦྱར། དེ་ནས་དུས་ཚིག་གཅིག་རིང་འཛིན་གྲུའི་ནང་གི་དཔེ་ཆ་བཅུ་གཉིད་  
 ཕན་རྒྱུ་ཚིག་པ་བྱས་ཏེ་ལུང་རིགས་གྱིས་དཀའ་གནད་ལ་བརྟེན་གཙོ་བོ་གཙོ་བོ་པ། དེ་ནས་དུས་ཚིག་ཕྱིང་ཀའི་རིང་  
 འཛིན་གྲུ་གོང་མའི་དཔེ་ཆ་བཅུ་གཉིས་དེ་བཞིན་འཛིན་གྲུ་ཞོལ་མར་དམ་བཅའ་ཕེབས་པའམ་དེ་བཞིན་ཞོལ་མ་ནས་གོང་  
 མར་ཕེབས་ཏེ་ལུང་དང་རིགས་པས་ལམ་ནས་ཤེས་ཡོན་འགྲན་བཟུར་ཕྱེད་པ། དེ་ནས་དུས་ཚིག་ཕྱིང་ཀའི་རིང་ལ་  
 འཛིན་གྲུ་གོང་མ་དག་རིམ་བཞིན་འཛིན་གྲུ་ཞོལ་མར་ཕེབས་ཏེ་ཚིག་པ་བྱས་ནས་སྟོ་སྦྱོ་འབྱེད་པ་སོགས་བྱས་ཏེ་གྲོ་ལ།  
 དུས་ཚིག་ལྟ་ནས་རྒྱག་དང་ཕྱིང་ཀའི་བར་འཛིན་གྲུ་སོ་སོ་རང་རང་གི་དགོ་ཆ་མཐུན་དུ་དཔེ་བྲིད་ལ་འགྲོ་བའམ་ཡང་  
 བ་འཕྲོས་པའི་དགོ་ཆ་ནས་སོང་ནས་དཀའ་གནད་དོགས་གཙོ་བོ་ལྷ་བ་སོགས་ཕྱེད། ཕྱིར་ཕེབས་ནས་དུས་ཚིག་  
 བཅུ་གཅིག་བར་རང་རང་སར་ཐོས་པའི་རྒྱལ་ལ་ལེགས་པར་བསམ།

གཞན་པའི་བོད་མིས། རྒྱ་གཅིག་ལ་འཛིན་གྱི་ཡང་གཏུགས་དང་མར་གཏུགས་གཉིས་དེ་ཉིད་འཛིན་གྱི་དེའི་  
དཔེ་ཆ་བཤད་གསུམ་ཕན་ཚུན་གཏུགས་ནས་ཤེས་ཡོན་འགན་བསྐྱར་བྱེད་པ། ཆོས་བརྒྱ་གཅིག་ནས་བཙུངས་པར་དབྱུང་  
མའི་ཚུ་ཚོད་བརྒྱད་དང་མེད་ཀན་ས་བརྒྱ་གཅིག་བར་བྱམས་ཁང་གི་མདུན་དུ་འཆོག་སྟེ་རང་རང་གི་སྒོར་བབྱང་པའི་  
གཞུང་ལུགས་སྒྲིབ་སྐྱོང་སྟེད་པ། དབྱར་གནས་སྐབས་རྒྱ་བདུན་པའི་ཆོས་གཅིག་ནས་བཙུངས་པར་བཀའ་རམས་  
ནས་བསྐྱེད་གྱུར་པར་དཔེ་ཆ་བཤད་གསུམ་ཕན་ཚུན་སྒྲིབ་སྐྱོང་བྱེད་པ་བཅས་སོ། །

ཆ: འཛིན་གྱི་འཕར་ལྟངས། སྤྱིར་བཏང་སློབ་ཀྱི་ལ་ན་འང་འབད་བཅོམ་བྱེད་པ་དག་སྤྱངས་འབྲས་ལ་མ་བཟུས་  
པར་འཛིན་གྱི་འཕར་བ། ཤེས་རབ་ལྡན་ཡང་དཔེ་ཆ་མི་གཟིགས་པ་དག་འཛིན་གྱི་མེ་འཕར་བ་ཡིན་ལ་ཡོངས་བྱུང་  
ནས་གོང་དུ་བཤད་པའི་སློབ་ཀྱི་ལ་ན་དང་། ཚེད་ཀྱི་ལ་ན། སྤྱིར་སྤྱངས་དང་ཚེད་པ་བྱེད་སྤྱངས་བཅས་སུ་གཞིགས་  
ནས་འབྲས་བྱུང་ཆད་དང་ལྡན་པ་དག་འཛིན་གྱི་འཕར་བ་དང་། ཚེད་ལྡན་མིན་པ་དག་འཛིན་གྱི་འཕར་མི་ཚོགས་པ།

ཇ: རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་ལུགས་ནི་སྤྱི་ལོ་བཞི་པ་ལྟར་ལྟུང་ལྟུང་དེ་བཅུ་དེ་སྤྱིར་བཏང་ནས་ལས་སྤྱོད་དག་གི་མཐུན་དུ་  
རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་ལྟར་དང་སྤྱི་བཀའ་ལྟར་དེ་དེ་ནས་དུ་མཆོད་ཆོག་པའི་དབྱུས་སུ་དཔེ་ཆ་བཀའ་ལྟར་དེ་བཞིན་དམ་བཅར་  
བཞུགས་ཏེ་སློབ་གཉེན་པ་དེ་དེ་བཞིན་བསྐྱུས་གྲྭ་སྐྱར་མ་བཅོམ་དང་གཞུང་སྐྱར་མ་གཉི་ཤ་དེར་ཚེད་པ་འཕེན་དུ་བཅུག་  
ནས་ལུང་རིགས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་ལྟར་དང་། སློབ་གཉེན་པ་དེ་དེ་བཞིན་གཞུང་གི་དཀའ་གནད་དྲིས་ཏེ་གཞུང་ལ་ངེས་ཆ་  
ཡོད་མེད་རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་ལྟར་། རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་ལྟར་པར་ལྷན་འཇུག་དུ་འཇུག་པ་དང་སྤྱིར་ལང་རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་ལྟར་པ་བཅས་སོ། །

ཉ: སློབ་གཉེན་པའི་གོ་མིང་། སློབ་གཉེན་པའི་གོ་མིང་ཡར་ཕྱིན་རབ་འབྱམས་པ་དང་བཀའ་རམས་པ།  
དྲི་བཅའ་རབ་འབྱམས་པ་བཅས་ཡིན། ཡར་ཕྱིན་རབ་འབྱམས་པ་ནི་ཆད་མ་དང་ཡར་ཕྱིན་རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་སྤྱངས་ནས་  
གྲྭ་ཆོད་གི་དབྱུས་སུ་མི་གཉིས་དེས་དམ་བཅའ་འཛིན་པ་ཉི་ལྟེ་བཀའ་རམས་ནས་བསྐྱུས་གྲྭ་བར་གྱི་དཔེ་ཆ་བ་བཅུ་བཞི་  
བཞེངས་ནས་བསྐྱུས་གྲྭ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསུམ་དང་སློབ་ཀྱི་ལ་ན། ས་ལམ། སྤྱི་ལམ་ལྟར་། ཡར་ཕྱིན་ལྟར་བཀོལ་  
བཞི་དང་བཅས་དེ་དེས་སྐྱར་མ་གཉིས་ལྟར་ཚེད་པ་དང་དེའི་ཐོག་མར་སློབ་ཀྱི་ལ་ན་དང་དག་རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་ལྟར་གཅིག་ལ་  
སྤྱངས་ཏེ་འབྲས་བྱུང་ཆད་དང་ལྡན་པར་ཡར་ཕྱིན་རབ་འབྱམས་པའི་མིང་བཏགས་དང་དཔང་ཡིག་ཉི་ལྟེ་བ། དེ་ནས་  
དབྱུམ་དང་མཛོད་གཉིས་སྤྱངས་ཏེ་འབྲུལ་བའི་འཛིན་གྱི་སྤྱོད་པ་ན་བཀའ་རམས་པ་ཡིན། དེ་རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་  
གཞུང་པོ་ཉི་ལྟེ་ཐོག་མ་བཞིན་དམ་བཅའ་བཞེས་ནས་འབྲས་བྱུང་ཆད་དང་ལྡན་པར་དྲི་བཅའ་པའི་མིང་བཏགས་དང་  
དཔང་ཡིག་ཉི་ལྟེ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་སྤྱངས་ཏེ་སློབ་མཐར་ཕྱིན་རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་རམས་པའི་དམ་བཅའ་  
བཞེས་ཏེ་ཆད་ལྡན་པར་རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་རམས་པའི་གོ་མིང་དང་དཔང་ཡིག་ཉི་ལྟེ་བ་བཅས་སོ། །

ལ། དེ་དམ་ལམ་ལུགས།

ཀ: དེ་དམ་ལམ་བཤོས་བྱེད་སྤྱངས། དགོ་བསྐྱོས་ཀྱིས་ཆོགས་དང་ཆོས་གྲྭ། སྤྱིར་སྤྱངས། འགྲོ་འདུག་  
གི་སྤྱི་ལམ་བཅས་སྤྱི་ལམ་ཆོགས་འཛིན་གྱི་འགན་འཁུར་བ་དང་། དགོ་ཆན་དག་གིས་དཔེ་བྲིད་ལ་ཞུགས་མིན་  
དང་། ལུང་རིགས་སྤྱི་ལམ་ལྟར་། རྒྱལ་དཔྱད་ཉམས་འཇུག་བཅས་སློབ་གཉེན་ཉིང་སྤྱི་ལམ་བཅས་ཀྱི་འགན་འཁུར་བ་  
དེ་དམ་ལམ་ལྟར་ལྟར་ཁང་གིས་ཆབ་སྤྱི་དང་དཔལ་འབྱོར་། འཇུགས་སྤྱོད་། བདེ་འཇགས། སློབ་གསོ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
ཀྱི་སྤྱི་ལམ་ལྟར་། ཁ: དགོ་བསྐྱོས། དབྱུ་མཛོད། བཅི་བཞག་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་བཞིན་བསྐྱོས་བཞག་དང་  
གཞན་པའི་ལས་སྤྱོད་ལས་དམངས་གཙོ་དེ་དམ་ལམ་ལྟར་ལྟར་ཁང་གིས་བསྐྱོས་བཞག་བྱེད་ཅིང་། དེ་བཞིན་དེ་དག་གི་  
ལས་ཀ་ལམ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་མིན་ཡང་ཁོང་ཆོས་ལྟར་ཉི་ལྟེ་བ། ག: ལས་སྤྱོད་བཞིན་བྱེད་དུས་འགྲོ་སྤྱོད་དང་ཡོང་སྤྱོད་  
དེང་རབས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་ལྟར་པ་དག་བཀའ་རམས་འཛིན་གྱི་མཐུན་དུ་དེ་དེ་བཞིན་རྒྱལ་སྤྱི་ལམ་ལྟར་པ་བཅས་  
སོ། །

## དགོན་མེད་སློབ་གསེང་ཐད་ཀྱི་འཆར་སྤྲོད་འགའ་མེད་པ།

སློབ་གྲྭ་པ་ཡེ་ཤེས་བཟང་པོ། (སྤྲོད་དགོན་)

སྤྱིར་ན་མི་དང་དྲུང་འགྲོའི་ཁྱད་པར་ནི་བསམ་པའི་སློབ་པ་འབྱེད་དགོས་ལ། དེ་ཡང་མཐར་གཏུག་ན་སློབ་གསེང་ལ་རག་ལས་པ་ཞིག་རེད། མི་ཞིག་གི་བསམ་སློབ་གོ་རྟོགས་མཐོ་མེད་ནི། མི་དེའི་སློབ་གསེང་ཆུ་ཚད་མཐོ་དམན་གྱི་ཉེང་ནས་འབྱེད་དགོས་པ་ལས་གཞན་པའི་འབྱེད་ཆོས་ཅི་ཡང་མེད། དགོན་མེད་སློབ་གསེང་ལ་མཚོན་ན། ལོ་རྒྱུས་ཉེང་པོར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་བཏོན་སྤྲོད་བྱས་པ་དང་། ད་ལྟའང་འདྲོན་བཞིན་དུ་ཡོད། བོད་བཅན་པོའི་རྒྱལ་རབས་དུས་སྤྱ། དགོན་མེད་སློབ་གསེང་ལྷ་གུ་ཐོག་མར་འབྱས་ཤིང་། བསྟན་པ་ལྷི་དར་གྱི་དུས་(ཁོ་ལོས་ནི་དུས་སྐབས་འདི་ལ་“རིག་གནས་གསར་བཏོད་ཀྱི་དུས་སྐབས་”ཞེས་གདགས་པར་འདོད)སྤྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཆེ་མོར་སོན་ཞེས་བཤད་ཀྱང་འགལ་བ་ཆེར་མེད་དོ་སྟེ། བོད་ཀྱི་གྲུ་ས་ཆེན་པོ་ཁག་ལ་མཚོན་ན། རིག་པའི་གནས་ཆེན་པོ་ལྗེ་འཆད་ཉན་དར་བྱེད་ཆེན་པོ་བྱུང་བར་མ་ཟད། ཅུང་ཟད་འབྲས་ཚང་དུ་འང་སོང་ཡོད་ལ། སྐབས་དེ་དག་ཏུ་ལག་ལེན་གྱི་ཐད་ནས་ཀྱང་གྲུ་ས་འབྲས་གཡུར་དུ་བྱ་བ་སྤངས་ཡོད་པ་ནི། ད་ལྟའི་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་གྱི་དངོས་པོའི་བདེན་དཔང་འདི་དག་ལས་ཤེས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། ལྷག་པར་དུ་བཟོ་རིག་པ་(སྤྲོད་གཞུག་གི་དབང་དུ་བྱས)དང་གསོ་བ་རིག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་ཆེད་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་ཕན་འབྲས་སྤྲོད་མེད་པ་སྤངས་འདུག་གྲུ་ས་ཆེན་པོ་ནམས་སྤྱུག་ཁྱེད་ཆེན་བཀའ་པོད་ལྗེ་འཆད་སློབ་གསེང་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་སློབ་གསེང་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཐེས་སམ་ཡང་ན་དེ་དག་གི་ཁར་དུ་སྤྲོད་ཆད་བཟོ་གསོ་སྐབས་ཐ་སྟངས་རིག་གནས་ཀྱི་སློབ་གསེང་དོན་དུ་གཉེར་བ་རེད། ཡང་དམིགས་བསམ་པ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི། སྤྲོད་པ་གྲུ་ས་ཆེན་དང་དུས་འཁོར་གྲུ་ས་ཆེན་སྐབས་ལ་མཚོན་ན་བཟོ་གསོ་སྐབས་ཐ་སྟངས་རིག་གནས་ནམས་བསྐྱེད་གཞིའི་གཙོ་བོའི་གྲས་སྤྱི་གཏོགས་པ་རེད། བཀའ་པོད་ལྗེ་འཆད་ཉན་ཐད་ནས་བཤད་ན། སློབ་གསེང་ལ་མ་ལུགས་ཅུང་འབྲས་ཚང་ཞིག་ཡོད་དེ། ཐོག་མར་གཞུང་ཆོག་མང་པོ་སྤྲོད་འདྲོན་པ་དང་དེ་ཐེས་དཔེ་བྱེད་ལ་འགྲོ་བ། འཕྲོས་པ་དོགས་གཙོ་བྱེད་པ། བསྟོན་བྱེད་པ། འདྲོན་གྲུ་

ཡར་གཏུག་མར་གཏུག་བྱེད་པ་སྟགས་བརྒྱད་ནས་ཕལ་ཞིབ་རིགས་པའི་ལམ་ནས་རང་གི་བསྐྱབ་བྱའི་དོན་དེ་གཏན་ལ་  
འབེབས་པ་དང་། དེ་རྗེས་རང་གིས་ཐོས་པའི་དོན་དེ་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱས་ཏེ་སྤྱོད་བ་ཐོན་པའང་བཟང་ལས་  
འདས་པ་བྱུང་ཡོད། དེར་མ་ཟད་རྟོགས་པའི་སྤྱོད་བཅོམ་ཏེ་རང་གི་སྤྱོད་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྟ་སྟབས་ལ་བཏོད་བྱེད་  
མཁན་ཡང་མང་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་། ཏུས་ཀྱི་འཕྱུར་བ་དང་བསྐྱུན་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་ན།  
དགོན་མེད་སྒྲོབ་གསུམ་ལའང་མི་འདད་ས་དང་ཁ་བསྐྱར་དགོས་ས་ཅུང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་སྟེ། འདིར་དཔེ་འགའ་  
ཞིག་བཙུང་ན།

དང་པོ། མི་རིགས་གཞན་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱད་རྒྱུ་དོན་རྒྱུ་མི་བྱེད་པ།

གཉིས་པ། མི་རིགས་གཞན་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་རིག་གནས་སྤྱད་ས་པའི་ཁོར་ལུག་མེད་པ།

གསུམ་པ། ཚན་རིག་ཤེས་བྱ་བསྐྱབ་རྒྱུར་བཀག་འགོག་བྱེད་པ།

བཞི་པ། ཆོས་ལུགས་གཞན་དང་ཐུབ་མཐའ་གཞན་གྱི་ལྟ་སྟབས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུར་བར་དུ་གཅོད་པ།

ལྔ་པ། ཏུས་དེ་བ་དང་ཆགས་པར་སྒྲིག་པ། རྒྱུད་སྒྲིགས་ཉན་པ་སྟགས་ལ་ཁ་ཟེར་བ་དང་། མཐོང་རྒྱུ་  
བྱེད་པ་སྟགས་སོ། །

ཡང་དགོན་མེད་རྒྱུད་ལམ་ཆེར་ལ་མཆོན་ན། སྒྲོབ་གསུམ་མེད་ནས་ཤིན་ཏུ་ཞན་ཏེ། ཁོ་ཆོས་ནམ་རྒྱུ་ཆོ་  
ག་དང་ཆོས་སྤྱོད་སྟགས་རག་ཏུ་བྱེད་བ་ཅེས་ལས། དེ་དག་གི་ཆོག་དོན་གྱི་ཆ་ལ་དཔྱད་པ་ཞུགས་པ་གཞན་ཡང་མེད་  
ལ། མང་ཤོས་ཤིག་ནི་ཤོང་ཆོག་ཁོན་དོན་དུ་གཉེར་བ་ལས་རིག་གནས་ལ་མི་དགའ་བ་དང་། ད་དུང་སྒྲ་ཆན་ལ་ཁ་  
ཤས་ཀྱིས་དང་ཐོག་ཉིད་ནས་རང་གི་དགེ་སྤྱོད་ཆོར་ཤོང་ཆོག་སྒྲིར་གྱི་འདོན་པ་བསྐྱབ་ཏུ་འཇུག་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་  
མིན་གྱི་བསམ་ཆེ་བས་རྒྱ་ལོར་དང་བྱིམ་པའི་དོན་བྱུང་བ། དེར་རབས་ཀྱི་བར་འཕྲིན་ཡོད་པུད་བེད་སྤྱད་ནས་བྱུད་མེད་  
དང་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་པ་སྟགས་ནི། སངས་རྒྱུས་བསྟན་པའི་ཞབས་འདྲེན་ཉག་གཅིག་ཡིན་ལ། བྱ་སྤྱོད་རན་པ་  
དེ་རིགས་ཀྱི་འབྱུང་ཚད་ཁོ་ཆོར་སྒྲོབ་གསུམ་ལག་པོ་ཞིག་འཐོབ་མ་བྱུང་པའི་རྒྱ་ཁྱེན་ལ་བྱག་ཡོད། གལ་སྲིད་གྱི་བརྒྱུད་  
རྒྱུད་རིག་ཉིས་ཀྱིས་རིག་གནས་ཤིག་བསྐྱབ་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་འང་། སྒྲ་ཆན་ཆོས་དེ་དག་ལ། ཅ་བ་བོར་ནས་  
ཡལ་ག་མ་འཛིན་ཡང་། གསུངས་པ་མ་ཐོས་སམ་ཟེར་ནས་ཅ་བ་དང་ཡལ་ག་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་གཏོང་བའང་  
མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་དུ་ཡོད། དགོན་མེད་སྒྲོབ་གསུམ་ལས་གོང་འཕེལ་དང་འབྱས་ཆང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ལྷག་  
པར་དུ་ཏུས་དང་འཆོམས་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཤིག་འབྱུང་དགོས་ན། གོང་གསལ་གྱི་མི་འདད་ས་རྣམས་ཁ་བསྐྱར་  
དགོས་པ་དང་། སྤྱོད་ཆ་དེ་དག་ལ་ཐེར་འདོན་དང་བཅས་བསྐྱར་བྱ་དགོས། འོ་ན་ང་ཆོས་སྤྱོད་ས་གང་དག་ཁ་  
བསྐྱར་དགོས་ཤིན།

གཅིག ང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་མི་རིགས་གཞན་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་བསྐྱབ་དགོས། རྒྱ་མཆོན་  
ནི། ང་ཆོས་སྐད་ཡིག་དེ་དག་བརྒྱད་ནས་རང་གི་སྤྱོད་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་འདི་ཉིད་འཛམ་གླིང་སྤྱོད་  
འགྲོ་རྣམས་ལ་ཤེས་སྤྱུ་འཇུག་དགོས།

གཉིས། ང་ཆོས་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་རིག་གནས་བསྐྱབ་དགོས། རྒྱ་མཆོན་ནི། ང་ཆོས་དེ་  
དག་གི་ལེགས་ཆ་དང་འདྲེན་ནམ་ཡང་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཅན་དུ་བསྐྱར་དགོས་པ་དང་། དེ་དག་དང་བསྐྱར་

ན་རང་ཉིད་ཀྱི་མ་འདྲ་ས་དང་། ཡང་ན་དེ་དག་ལས་རྣམས་པའི་བྱང་ཆོས་ཅི་འདྲ་ཡོད་པ་སོགས་རྟོགས་དགོས།  
གསུམ། ར་ཆོས་ངེས་པར་དུ་ཚན་རིག་ལ་བྱུང་ས་པ་བྱ་དགོས། དེ་ཅི་ཞེ་ན། རང་གི་ཆོས་ལུགས་འདི་ལ་ཚན་  
རིག་གི་ཁྲོན་ཀ་འཇུག་མི་འཇུག་དང་། ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་ཚན་རིག་གི་མདུན་དུ་གནས་པའི་དཀའ་ཁག་སེལ་བྱུང་མི་  
བྱུང་། ཡང་ན་ཚན་རིག་དང་མཉམ་དུ་འཕེལ་རྒྱས་དང་འཆོ་གནས་བྱ་བུ་པ་མི་བྱུང་བཅས་ལ་དབྱུང་པ་རྒྱུར་ལེན་  
དགོས།

བཞི། ང་ཚོས་ཚོས་ལུགས་གཞན་དང་ཟུབ་མཐའ་གཞན་གྱི་ལྟ་ཟུབ་ལ་སློབ་སྦྱང་བྱ་དགོས། ཟུ་མཚན་ནི།  
 ང་ཚོས་དགོན་ཁྱེད་ལ་གསོའམ་རང་གི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གོ་ལ་ས་ཤེས་དགོས།

ལྷ། ཏུས་དེ་བ་དང་ཚགས་པར་སྟགས་བསྐྱགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དེང་ཏུས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚུལ་ལ་རྒྱས་  
མཛན་བྱས་ཏེ། རང་གི་སློབ་གསོ་དང་ཚོས་ལྷགས་ལ་ཏུས་དང་མཐུན་པའི་བསྟོན་ལམ་ཡང་དག་པ་ཞིག་འཛོལ་དགོས།  
དགོན་མེའི་སློབ་གསོའ་མཚོན་ན། དེ་དང་དེ་ལ་སྟགས་པའི་མི་འདང་ས་དང་བཙས་རྒྱར་བྱ་དགོས་ས་ཅུང་མང་ན་  
ཡང་། འདིར་ཡིག་མང་དོགས་ནས་དེ་ཅམ་ལས་མ་སྟོས་སོ། །

མདོར་ན། ར་ཆོས་གོང་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ནམས་ཐག་གཅོད་བཟང་པོ་བྱས་ནས་དགོན་མེད་སློབ་གསོ་  
འདི་ཉིད་ཉམས་པ་སོར་རྒྱད་དང་མི་ཉམས་གོང་སྟེ། མི་འདད་ས་ཁ་སྐོང་བཅས་བྱས་ཏེ། འཆོ་མེད་ཞི་བདེ་སློབ་  
ཙམ་ལྟ་པའི་རང་གི་པ་ཆོས་དམ་པ་འདི་ཉིད་སེམས་པོ་འདིའི་མཐའ་དབུས་ཀྱང་ཏུ་ཁྱབ་བཅུ་དུ་གཏོང་ཆུ་ནི་རེད་  
ཅག་དགོན་མེད་ལྷ་བཙུན་ཡོངས་ཀྱི་བཤེལ་དུ་མེད་པའི་འགན་འཁུ་མཁུ་ནས་ལྟ་བུ་ལོ།



# རང་གི་བསམ་ཚུལ་འགའ་འཛེལ་རྩིས་ཏུ་བྱངས་པ།

རོང་པོ་དགེ་འདུན་ལྷན་གྲུབ། (མ་ལོ་སྤྱོད་)

རྒྱལ་སྤྱིའི་བཞུགས་པའི་དབང་པོར་གྱུས་བསམ་འདུད་དོ། །

ཆགས་སྒྲུབ་སྤྱི་འཇུག་གི་འཐབ་ར་ནི་འཇིག་རྟེན་འདི་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། བདེ་དགེ་མཛེས་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་པ་  
 འཆོལ་སའང་འཇིག་རྟེན་འདི་ཉིད་ཡིན་པས། བྱིད་ཀྱིས་ཐག་བཅད་ཆར་བ་ཀུན་གཞན་གྱིས་དང་ལེན་བྱེད་པའི་  
 དེས་པ་མེད་ལ། བྱིད་ལ་འཛོམས་པའི་མཐུན་ཞུན་དེ་དག་གིས་གཞན་ལ་འདང་པས་དེས་པ་གལ་ཡོད། ཐོག་མར་  
 སྟོན་པ་བྱུགས་མེ་ཅན་གྱིས་ཕོ་བྲང་མེ་ཅན་གྱི་སྒྲིབ་པ་འཆིར་གཟིགས་པའི་ཞུན་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ནས་གཞན་ཏུ་  
 གྲོས་པ་ནི། འཁོར་བ་མཐའ་ཅན་བྱས་ཏེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཕུན་ཚོགས་ལ་རྒྱལ་གྱིས་སྒྲོགས་པའི་རྣམ་ཐར་ཡིན། ལྷག་  
 པར་དུ་གསུང་གང་ཡོད་མདོར་དེའི་ལན་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལྟ་བུ་ཞེན་འབྱུང་གིས་སྒྲོག་བཟུང་བའི་བཀའ་ཤ་ལྷག་ཡིན་པས།  
 གང་གི་རྒྱུ་འབྱུག་པ་ཆོས་ཀྱང་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་སྒྲིབ་པ་རང་རང་གི་རྒྱུ་ཆོད་  
 ལ་དཔག་གིན་ཡོད་པར་འདོད། སྟོན་པས་ལྟ་བ་དང་སྟོང་པ་དེར་མཐུན་གྱི་བྲིམས་ལུགས་ཤིག་ཀྱང་བཅོས་ཡོད།  
 བྲིམས་དེ་དང་འགལ་ན་བཅོས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བར་ཉེན་པའི་ཉེས་པ་དཔག་མེད་འབྱུང་ལྟམས། རབ་བྱུང་བ་སྟོན་  
 པའི་རྒྱུ་འབྱུག་མཐའ་ཆོས་འདོད་ཡོན་གྱི་སྒྲོས་པ་ལ་ལྟ་རྒྱུགས་ཀྱིས་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་དགོས། དེའི་དོན་ནི་རང་གི་རྣམ་  
 ཉིད་དབང་ཏུ་འདུ་ཐབས་དང་ཐར་བའི་ལམ་རྩ་སྟེག་ཆོད་ཡིན་པས། སྟོན་པས། ཆོས་རྣམས་མེད་ཀྱང་། སྟོང་  
 པ། བདག་མེད་ལྟ་བུ་ལས་འདས་པ་ཞི་བར་གསུངས་པ་དག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུ་ཆོད་ཅུང་དམའ་བ་དག་ལ་གསུངས་པར་  
 མཐུད། ཆོས་བྲིམས་ཀྱང་དེ་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུ་ཆོད་དམའ་བ་དག་དང་སྒྲོ་བཞུག་ནས་གསུངས་མོད།  
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱུ་ཆོད་མཐོང་བ་དག་གིས་སྒྲོ་དེ་དང་བཞུག་ཏེ་ཆོས་བྲིམས་དེ་མེ་ཆོ་གང་པོར་སྤྱང་ཅི་ཐུབ་བྱེད་དགོས།  
 འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་ཆོས་བྲིམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤོར་ཏེ་ཆོས་སྤྱི་མཐའ་ཆོ་ཆོར་སྤྱི་མཐའ་ཏུ་འགྲོ་གིན་ཡོད། ངས་འདི་ནས་  
 ཆོས་བྲིམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤོར་གིན་ཡོད་ཅེས་པ་ནི་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ་ཆོས་བྲིམས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ལ་བརྩི་འཇོག་མེད་པའི་ཆོས་  
 པ་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ཡིན། དཔེར་ན་དེང་སྐབས་སྤྱི་ཆོད་ཆོས་བྲིམས་ཀྱིས་གཙུག་མི་སྤྱི་བའི་ཁར། དགོན་  
 པའི་ལས་སྟེ་ཡིན་ཟེར་མཐའ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཆོས་བྲིམས་ཀྱིས་གཙུག་སྤྱི་བ་གིན་མེད། དཔེར་ན་ང་ཆོད་དགོན་པ་

ཡིན་ན་འདྲ། རྩེ་བ་ཡིན་ན་འདྲ་ཆོས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་དམིགས་བསམ་པ་གང་མང་ཞེས་དགོས་པ་ནི་ཆོས་བྲིམས་ཀྱི་  
མདུན་ན་ཆོས་པ་ཀུན་འདྲ་མཉམ་མིན་པའི་ཉལ་ས་རེད། མཐར་ཐུག་ན་དེ་ནི་ང་ཆོས་ཆོས་བྲིམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤོར་བ་  
རེད་ཟེར་ན་མི་ཆོག་པ་མེད། ད་ལྟ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆ་བྲིམས་ཀྱི་མདུན་ན་མི་ཀུན་འདྲ་མཉམ་ཡིན་ཞེས་པ་དེ་བྲིམས་ཀྱི་  
རྣམ་པར་སྤང་སྤྱོད་བསྟུན་པ་རེད། ཆ་བྲིམས་ཀྱིས་དཔོན་པོ་རྣམས་ལ་དམིགས་བསམ་ཤིང་། ཐུག་པོ་རྣམས་  
ལ་འད་དམིགས་བསམ་ཤིན་ཏུ་གན་ཆ་བྲིམས་ཀྱིས་རྣམ་པ་ཤོར་བ་རེད། ཀུན་ལ་ཐུན་མོང་གི་བྲིམས་ལུགས་ཤིག་མེད་  
འགྲོ་བ་རེད། དེ་བཞིན་དགོན་པ་ཞིག་གི་བཅའ་ཡིག་ལ་མཆོན་ན་འདྲ་དེ་ལྟར་རིགས་བསྐྱེས་སྤྱོད་པས་གསལ་བོར་  
བཤད་དགོས་དོན་མི་འདུག དགོན་བདག་དང་དགོན་པའི་ལས་འཛིན་དག་གིས་ཆོས་བྲིམས་དང་འགལ་བའི་སྤྱུ་  
སྤྱང་ལས་སྡེ་དག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་པ་ཡིན་ན། དེ་ནི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པའི་བསྟན་པ་ལ་དབང་ཤུགས་ཀྱིས་ངོ་ཚོད་ལྟས་  
པ་ཡིན་པས། ཆོས་བདག་གི་སྤྱོད་པ་དང་ཆོས་བྲིམས་སྤྱོད་པ་འདྲིའི་མེད་པར་བྱེད་རྒྱུ་དེ་སྤྱོད་པ་ཤིན་ཏུ་ཤིན་པར་གྱིས།  
བོད་སྐད་ལྟར་དུ་སྤྱོད་པ་བསྐྱེད་ཆོས་པ་ཡིན་ཟེར་མཁན་ཁག་ཅིག་དམག་དཔོན་དུ་སྤྱོད་པ་དང་ལ་རྒྱ་འཛིན་མཁན་ཡིན་  
ཟེར་ནས་འགྲིག་འགྲིག་མང་པོ་ཞིག་ལ་བར་ཏེ་ཆོས་བྲིམས་ལ་གཞོན་བསྐྱུ་ཡོད་པའི་མི་ཆད། སྤྱི་ཕྱོགས་ལ་དེ་བས་  
ཀྱང་གཞོན་པ་ཆོས་ཆེན་བསྐྱུ་ཡོད་པའི་ཆོ་འདི་ལྟ་བུའི་གནས་སུ་སྤྱོད་པ་རེད། ད་ལྟ་འདྲ་དགོན་པས་རང་ཁ་རང་གསོ་  
དང་དགོ་འདུན་བསྐྱེད་བཀུར་ལ་ཁག་ཡར་ཏེ་ཆོང་ལོག་དང་ཆོས་ལོག་སྤེལ་བའི་བསྟན་པ་ཉམས་བྱེད་དང་རིག་གཞུང་  
ཉམས་བྱེད་དུ་འགྲོ་བའི་སྤྱོད་པ་མེད་ཡིན་ཡང་། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཁ་འཛིན་རྒྱབ་རྟེན་བྱས་ཏེ་འཆོ་སྤྱོད་བྱེད་མོད།  
ཐུགས་ཀྱི་མདུན་ལ་མ་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱེད་ཀྱིན་མེད་པ་འདྲ། དགོན་པའི་བཅའ་བྲིམས་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་  
བཅའ་བྲིམས་སམ་ཆོས་ཀྱི་ཆ་དོན་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱེད་ཀྱིན་མེད་པ་འདྲ། ཁོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུ་འཛིན་པ་ཡིན་པར་  
སྤྱོད་ནས། འཛིན་རྟེན་མི་ཆོས་ཀྱི་འཆོ་བར་བསམ་གཞིགས་བྱེད་མཁན་ཀྱི་བསམ་སྤྱོད་བསྐྱེད་མཁན་དུ་སྤྱོད་པས་  
ལ་དགག་སྤྱོད་མང་པོ་བྱས་ཀྱང་། དགག་སྤྱོད་ས་རང་གི་རྩེ་ན་ཡོད་པ་ཤེས་གིན་མེད་པར་མ་ཟད་མཐར་  
གཏུགས་ན་རང་ཉིད་ཡིན་པ་འདྲ་ཤེས་མེད། གལ་ཏེ་ཞོགས་དུང་སྤྱོད་ཀྱིས་དྲི་བ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བཏོན་ན།  
“ཆོས་པ་དག་ནི་འཁོར་བ་མཐའ་ཅན་བྱེད་མཁན་དང་། སྤྱི་པའི་ཕུན་ཆོགས་ལ་ངོ་ཚོད་བྱེད་མཁན། སྤྱོད་པ་འཆོ་  
རྟེན་ཅམ་གྱི་སྤྱོད་པས་ཆོང་ལས་གཉེར་མཁན་མིན། བྱེད་ཆོ་རུ་བརྒྱུད་གསར་སྤེལ་ཆེན་མོ་དང་འགྲོགས་ན་ཁེལ་ས་  
ཉེན་ཆེ། རེད་ཅག་གིས་ཁང་བ་ལས་སྤངས་བཟའ་ཆུ་སྤྱོད་སྤངས་སྤངས་སྤྱོད་ཆོས་བདག་པོ་རྒྱག་དགོས་པ་མ་  
རེད། བདག་པོ་རྒྱག་ཤེས་པ་འདྲ་མ་རེད་ཟེར་ན་ང་ཆོས་ཅི་ཟེར།” གལ་ཏེ་བྱེད་ཆོར་སྤྱོད་མོ་དང་བསྟན་པ་གཉིས་  
ལས་གང་མཁོ། དབང་ཆ་དང་ཐར་བ་གཉིས་ལས་གང་མཁོ་ཞེས་དྲིས་ཆོ། ཁན་ས་ཇེས་མ་གཉིས་མཁོ་བར་ཁས་  
ལེན་ཡང་དོན་གྱིས་སྤེལ་གཉིས་མཁོ་བ་བྱ་སྤྱོད་དག་ལས་ར་སྤྱོད་བྱས་འདུག གཞན་ལ་སྤྱོད་པ་གསོ་གཏོང་དུས་གཞན་  
པན་དྲང་བདེན་རིག་གནས་སྤྱོད་ཆེས་ཤར་མར་བཤད། ལག་ཏུ་ལེན་དུས་གཡོ་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་བཤད་པར་  
དེ་དྲུག་ཡིད་ཆེས་བྱེད་མཁན་དགོན་པོར་སྤྱོད། དེ་བས་བསྟན་པ་མར་འགྲིབ་ཀྱི་མཐུན་རྟེན་སྤྱོད་མཁན་དག་ནི་ང་  
ཆོས་པ་ཆོས་བྲིམས་ཀྱིས་གཙུག་མི་སྤྱོད་པ་དག་ལས། ཞོགས་དུང་བཀྱ་རྒྱལ་སྤྱོད་པ་མཐའ་སྤྱོད་པ་མེད་ཀྱིས་  
ལ་རང་ངོ་ཤེས་པར་མཛད། ཡང་ལ་ལས་སྤྱོད་མཐའ་ལྟ་བུ་ཆོད་རྒྱུ་གྲ་དག་སྤྱོད་པ་དག་གི་མིང་ཞིག་བོས་ནས་རང་  
རེའི་སྤྱོད་པ་མཐའ་ག་གེ་མོའི་ལ་རྒྱར་སྤྱོད་བཏགས་ཀྱང་། དོན་དུ་ཤེས་ལྟར་པ་པན་ཆུན་ལ་འགལ་བ་སྤྱོད་པ་ལས་



གཞན་དུ་མ་དམིགས་པས། དེང་སྐབས་ཀྱི་ཆོས་གཞུགས་མཁན་འདི་ནམས་ཅིའི་ཕྱིར་གྱུ་དྲོག་གི་བསམ་སྒྲུབ་ར་བ་  
ལས་འགོངས་མི་རུས་སམ། བཟུང་པ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྲི་སྲིང་ལྡེ་བཅན་རིང་ནས་བཟུང་དགོན་པ་མང་པོ་  
བཏབ་པ་ནི་འོས་པའི་གནས་སྤྱུ་ཆེའང་། སྐབས་ཤིག་ནས་བཟུང་དགོན་པ་ཆོས་ཀྱི་ཉི་ཤར་མ་ཟུར་བའི་ཚུད་སྒྲིབ་དང་  
འདུ་སྟོགས་པའི་ཆེད་གཉེར་བར་སྤང་བའང་མདོར་བསྟུས་ན་མི་སྒྲིབ་འགའ་ཞིག་གི་བྱ་སྤྱོད་དུ་འབྱུངས། མ་འོངས་པར་  
དེ་བས་ཀྱང་ཉེན་ཆེ་བའི་དགོན་པ་ཀྱན་གྱིས་ཆོང་ལས་གཙོ་གཉེར་བྱས་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་བྱ་བ་ཞོར་དུ་གཉེར་མཁན་ཞིག་ལས་  
མི་འོང་བར་ཐག་བཅད་ཆོག་ཀྱང་། ད་དུང་སྐད་ཆ་འདི་བཤད་ཅུང་ཟུང་གསུམ་པས་བཀའ་བསྟོན་མི་འོང་བའི་ངེས་པ་  
མེད་མོད། རུས་རྒྱུ་ལ་ན་རྒྱག་འོང་ཆེ་ཁ་ནས་དབང་མེད་དུ་ཤོར་འགྲོ་བ་རེད། ཞོར་ནས་ང་ཆོའི་ཆོས་པ་ཡིན་  
ཟེར་མཁན་ཁག་ཅིག་ལྷང་དངས་ན་རིགས་པ་བཏང་ན་བཟུང་པའི་རྒྱན་དུ་འགྲོ་འགྲོ་འདྲའང་། དོན་དུ་ཆོས་ཀྱི་  
གཞུང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་འབྲས་བུ་ལོན་མེད་པ་འདྲ། གང་ཞེན་རིག་པ་གཞན་ཞིག་དང་གྲུབ་མཐའ་གཞན་ཞིག་  
གི་ཉིང་དུ་ཉྀག་ངེར་ངེར་དང་སྒྲིག་མཆོངས་མཆོངས་བྱེད་པ་ཀྱན་གྱི་མཐོང་བ་དེ་ལགས། སྤྱིར་དེ་ལྟ་བུའི་ལྷང་རིགས་  
ཀྱི་ཆ་ལ་ཡོད་ན་ཏ་ཅང་ལེགས་མོད། དོན་དངོས་ཁས་མི་ལེན་པའི་མགོ་འཛོམས་ཀྱི་དབྱུག་པར་ཟུར་ན་ངེ་འདྲའི་  
ཡངས་པ་ལ། ད་སྐབས་དཔེ་གསེན་པོ་ཞིག་མཆིས་པ་ནི་བཀྲ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་དགག་པར་འདོད་ནས་དཔེ་རྒྱལ་མང་དུ་  
བཅུ་མས་པ་དག་ལས་གསལ། གཞན་གྱི་ཞེ་ཕུགས་ཀྱི་ཆབ་དུ་རང་ཉིད་ལ་གོ་ལོག་ཐེབས་པའི་དམ་བཅའ་བཟུང་བ་  
ཞིག་བཅས་ནས་དགའ་དགའ་ཀྲོག་ཀྲོག་གི་རྟགས་གསལ་གཏོང་བ་ནི། མ་བརྟགས་ཉམས་དགའ་བའི་ངོར་  
མཛེས་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་ཐང་མོད་དེ་ལས་གཞན་དུ་མ་ཟུབ་པོ། འདི་ནི་ང་ཆོའི་གྱུ་དྲོག་བསམ་སྒྲུབ་ཡོངས་སྤྱོད་མེད་  
པའི་བརྟགས་མ་ཡིན་ན་མ། སྤྱན་གྱིས་ཚོམ་སྤང་འདིར་རང་ལུགས་བསྟུས་དུག་པས་མི་གསལ་མོད། རྗེས་མར་  
《དགོ་འདུན་རྩུབ་ཀྱི་དཔུང་ཚོམ་ཉུང་བསྟུས》། ཞེས་པ་ཡུན་ནན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱན་ཁང་ནས་བཀྲ་མཆོག་ཐུགས་  
པར་ཁྱེད།



ཁང་དཀར་དགེ་བཤེས་ཚུལ་ཁྲིམས་སྐུ་ལ་བཟང་།

ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ཞེས་པ་ནི་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱུས་ཤུག་བྱུང་པའི་ཞལ་ལྷན་གྱིས་ཐོག་  
དང་སྐུ་དཀར་ནག་ཉིན་བོད་སྐད་ཀྱིས་མཆོད་བརྒྱད་འཛིན་མཁས་གྲུབ་སྤྱེད་ཞིག་གིས་གསུངས་ཀྱང་ཐབས་ཚུལ་  
མི་འདྲ་བ་ཙམ་ལས་དམིགས་ལྡུལ་སྟོང་པོ་སེམས་ཅན་གྱི་བྱ་ཚུན་ཆད་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་དང་  
ཡུགས་སུ་ཞི་བདེ་བའི་ཐོབ་པའི་ལམ་སྟོན་ཤིང་ལྷན་པ་ནི་ཅི་དགོས། ཡུལ་གང་ས་ཅན་དུ་ཆོག་ལ་  
མཁས་པ་སྐུ་བཞུགས། དོན་ལ་མཁས་པ་བྱ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྱིས། ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་ལ་མཁས་པ་རྗེ་ཙམ་ཁ་པ་  
ཞེས་མཁས་པ་མི་གསུམ་དུ་གྲགས་པའི་ཡ་གྱལ་རྗེ་ཙམ་ཁ་པ་སྐུ་བཞུགས་ལམ་སྟོན་ཐབས་ཡིན། ད་རེས་སྐབས་སུ་བབས་པ་ལྟར་  
རིགས་ཀྱི་སྒྲིས་པ་དོར་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྒྲོ་སྒྲིབ་ཚུལ་ནག་པོ་འགྲོ་ཤེས་སུ་ཞུ་གི་ཡིན།

༡ བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྟེས་ཆོག་པ་ཟག་དེ་ཁྱི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ཐོག་ཆེན་པའི་གྲུབ་དུ་ཆུད་པ།

- ༡ བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྟེས་ཆོག་པ་ཟག་དེ་ཁྱི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ཐོག་ཆེན་པའི་གྲུབ་དུ་ཆུད་པ།
- ༢ རྒྱལ་བའི་སྐུ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཐོབ་པ།
- ༣ ཉན་རང་རིགས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཐོབ་ཀྱིས་ཐོན་པ།
- ༤ མཆོད་པའི་ཞིང་མཆོག་དུ་འགྱུར་བ།
- ༥ ཆོག་སྐུ་ཆེན་པོ་བདེ་སྐྱབས་དུ་རྒྱུས་པ།
- ༦ རིག་སྒྲིབ་ལྟར་དུ་སྒྲིབ་པ།
- ༧ ཅི་བསམ་པ་འགྲུབ་པ།
- ༨ གནོད་པ་དང་བར་ཆད་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པ།
- ༩ སལ་མ་ཐམས་ཅད་ལྟར་དུ་རྒྱུས་པ།
- ༡༠ འགྲོ་བའི་བདེ་སྐྱབས་ལ་འགྲུབ་པའི་ཞིང་སངས་ལྟར་བསྐྱབས་པ་ལོན།

བརྩ་ལམ་རིམ་རྣམས་ཀྱི་ལ་ལག་བཅངས་སྤྱད་སྤྱངས་སོ། །

ཁ རྩ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒྲིན་ནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་ལ་སྒྲོ་སྒྲོང་ཚུལ།

དེ་ཡང་རྩ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒྲིན་ནས་སྒྲོ་སྤྱངས་པ་ལ་ཚད་མེད་བཏང་སྟོམས། མར་ཤེས། དྲིན་དྲན། དྲིན་གཞོ། ཡིད་འོང་བྱམས་པ། སྟིང་རྩེ། ལྷག་བསམ། བྱང་ཚུབ་སེམས་བཅས་བརྒྱད་ལས། མར་ཤེས་ནས་ལྷག་བསམ་བར་རྩ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ནི་འབྲས་བྱ་ཡིན། འདི་དག་རྩ་འབྲས་སུ་འགྲོ་ལྷགས་ཀྱང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐོན་དུ། གཞན་དོན་ཁྱུང་དུ་བྱེད་པའི་ལྷག་བསམ་འགྲོད་གོས་ལ། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྟིང་རྩེ་མེད་ན་མི་སྐྱེ། དེ་སྐྱེ་བ་ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལྟར་གཅེས་ལ་ཕངས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་འཆར་བའི་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་བསྐྱེད་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་བྱམས་པ་འདྲ་། ད་ལྟ་གཉེན་ལ་ཡིད་འོང་སྐྱེ་ཞིང་། དག་ལ་མི་སྐྱེ་བས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གཉེན་དུ་ལྟ་བུ་ཐོན་དུ་འགྲོད་གོས་ཤིང་། གཉེན་གྱི་མཐར་ཐུག་དྲིན་ཅན་གྱི་ཡ་མ་ཉིད་ཡིན་པས་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་བསྐྱབས་ནས་དྲིན་དྲན་པ་དང་། དྲིན་གཞོ་བའམ་དྲིན་ལན་གསེབ་བབྱང་ན། གཅེས་ལ་ཕངས་པའི་བྱམས་པ་འདྲ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་བྱང་དོ། རྩ་མཚན་དེ་འདྲའི་ཆ་ནས་རྩ་འབྲས་ཞེས་པ་འདྲ་བྱི་མཐུ་མ་སྐྱེ་བ་ལ། སྤམ་སྤམ་ཐོན་དུ་འགྲོ་བཞིག་ངེས་པར་དགོས་སོ། །

མར་ཤེས་ཀྱི་ཐོན་འགྲོའི་བཏང་སྟོམས་སྒྲིན་སྒྲིན་ཤིན་ཏུ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་དག་ཞིག་དང་། ཤིན་ཏུ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་གཉེན་ཞིག་དང་། བར་མའི་སེམས་ཅན་གཅིག་བཅས་གང་ཟག་གསུམ་མདུན་དུ་གསལ་བ་ལ་དམིགས་ནས་སོ་སོའི་སྟེང་དུ་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་དང་། བཏང་སྟོམས་ཀྱི་སྒྲོའི་འཆར་ཚུལ་རྣམས་གསལ་པོར་ཤར་དུ་བཅུག་དེ་ནས་དག་ལ་མཚོན་ན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དང་། ཁོ་ལ་མི་འདོད་པ་ཞིག་བྱང་ན་སྟམ་པའི་སྒྲོ་འཆར་པ་དེའི་རྩ་མཚན་བཟླ་ག་པ་ན། ཁོས་ད་རེས་ཆོ་འདིར་རང་ལ་གཞོད་སྟེ་ལ་ཕན་བྱ་བྱས་པའི་རྩ་མཚན་ཞིག་ལ་བཞེན་ནས་བྱང་བར་ཤེས་ནས་དེ་ལ་འདི་ལྟར་བསམ་དགོས། མི་འདིས་སྤར་ཆོ་རབས་མང་པོར་པ་མ་དང་། མཛའ་བཤེས་བྱས་ཏེ་ཕན་གངས་མེད་བཏགས་པར་མ་བཟང་ཆོ་འདིར་ཡང་ཆོ་མཐུག་འདིར་གཉེན་གྱི་མཐར་ཐུག་ཅིག་གྱུར་ཏེ་ཕན་འདོགས་པར་མི་བྱེད་པའི་ངེས་པ་མེད་ཅིང་། དཔེར་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་དེ་ཐོན་དག་དེ་དེར་སང་གཉེན་དུ་གྱུར་ནས་ཕན་ཚུན་ཕན་འདོགས་རེས་བྱེད་པ་དང་འདྲ། གང་ལྟར་ཡང་བྱི་མ་ཕན་ཆད་དུ་རང་འཁོར་བ་ལས་མ་ཐར་གྱི་བར་སྐྱེ་བ་གངས་མེད་ལེན་དགོས་པས་དེ་དག་གི་ཆོ་ཁོས་ཕན་འདོགས་གངས་མེད་བྱེད་དགོས་པ་ཐག་ཆོད་པས། དེ་བས་ན་འདས་མའོངས་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གང་དུ་འདར་ཕན་འདོགས་ཆད་མེད་བྱས་དང་བྱེད་འཇུག་གྱི་གཉེན་གྱི་མཐར་ཐུག་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ད་རེས་ཆོ་འདིར་གཞོད་པ་ཕན་བྱ་བཞིག་བྱས་པ་རྩ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་དག་ཞེས་ཡལ་བར་དོར་ཏེ་ཞེ་སྤང་གི་བསམ་པ་འཆར་བ་འདི་ནི་མ་རབས་ཁྲིལ་གཞུང་མེད་པ་གཅན་གཅན་སྤྱང་གི་ངང་ཚུལ་དུ་སོང་འདུག་པས། ད་ནས་བབྱང་བསམ་པ་དེ་འདྲ་གཏན་ནས་སྐྱེ་དོན་མི་འདྲ་གཏན་ནས་སྐྱེ་དོན་མི་འདུག་སྟམ་དུ་ཞེ་སྤང་འགོག་དགོས་སོ། །

དེ་བཞིན་གཉེན་ལ་དམིགས་ནས་ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་ཞེན་ཆགས་རྣམས་ཤར་བ་ན་དེའི་རྩ་མཚན་དཔུང་ཆོག་ནས་

སྐབས་ཆོའདིར་ཉེ་འབྲེལ་དུ་གྱུར་བའམ་ཟས་ནོར་སོགས་ཕན་ཐོགས་ཕན་བྱ་བས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་པར་ཤེས་པ་  
ན། འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ་གཉེན་འདིས་ཆོར་བས་མང་པོ་དག་བྱས་ཏེ་ཕན་ཚུན་གསོད་རེས་གྲངས་མེད་བྱས་ཤིང་།  
ཆོའདིར་ཡང་ཆོའདྲུག་དགར་གྱུར་ཏེ་གནོད་པ་མི་བྱེད་པའི་ངེས་པ་མེད། དཔེར་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཆོན་པོ་ཞིག་གི་དེ་  
སྟོན་གྱི་མཐུན་སྟེགས་རྒྱལ་ཁབ་དེ་དང་སང་དགའི་མཐར་ཐུག་དུ་གྱུར་ཏེ་དམག་ཁྲུག་གིས་ཕན་ཚུན་གསོད་རེས་བྱེད་པ་  
དང་མཚུངས། གལ་ཏེ་ཆོའདིར་གནོད་སྐྱེལ་མི་བྱེད་ཀྱང་ཆོར་བས་བྱི་མ་ནམས་སུ་དགར་གྱུར་ཏེ་གནོད་སྐྱེལ་བྱེད་པ་  
ཐག་ཆོད་པས། ད་རེས་ཕན་ཐོགས་ཕན་བྱ་བས་པ་སོགས་རྒྱ་མཚན་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་གཉེན་ཞེས་ཞེན་  
ཆགས་བྱེད་པ་ནི། ཐུགས་གསོལ་ཁང་གིས་བཟུགས་ཀྱིས་དེའི་བདག་པོ་ལ་ཞེན་ཆགས་བྱེད་པ་དང་བྱུང་པར་མེད་པས་  
ཏ་ཅང་གཉེན་ཞེས་ཞེན་ཆགས་བྱེད་པའི་དགོས་དོན་མི་འདུག་སྟེ་ནམ་ཞེན་ཆགས་འགོག་དགོས།

བར་མའི་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་ཡལ་བར་འདོར་བའི་སྒྲིམས་ན་དེ་ཡང་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་འདིར་ཕན་  
གནོད་གང་ཡང་མ་བྱས་པས་རང་དང་འབྲེལ་མེད་ལྟ་བུ་ཞིག་མཐོང་ཡང་འབྲེལ་མེད་མིན་སྟེ་པ་སོགས་གོང་བཞིན་  
བསམ་དགོས། དེ་ལྟར་བསམས་པས་དག་གཉེན་བར་མ་གསུམ་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་བྱུང་ཆོའདི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ལ་ཁ་སྤྲོས་ནས་སེམས་སྟོམས་པར་བསྐྱབ། དེ་དག་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་ན་དག་གཉེན་རིས་སུ་མི་གཅོད་པས་དག་  
འདུལ་གཉེན་སྦྱོར་གི་འཇིག་རྟེན་པའི་སྦྱོད་རྒྱུ་ལ་ན་པ་ཡང་གཏན་འགོག་དུ་འགྲོ་ཞིང་ལྟག་པར་སྟོབས་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་  
ཀྱི་དབུ་འབྱིད་ནམ་པས་དེ་ལྟར་དགོངས་བཞེས་གནང་ཆོའདི་མ་གྲིང་དུ་དངོས་ཡོད་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཞི་བའི་འབྱུང་བ་  
སོགས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དགོས་པ་ཆེད།

༡ མར་ཤེས་སྟོམས་རྒྱལ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་སྦྱོར་གི་མན་ངག་བདུན་གྱི་དང་པོ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་  
ཤེས་པའི་མར་ཤེས་ཡིན་ལ། འདི་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་ཆོའདི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་ཐབས་མེད་པས་འདི་ལ་ནན་  
ཏན་འབད་དགོས། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གཉེན་གྱི་མཐར་ཐུག་མར་ཤེས་པ་ལ་དང་པོར་རང་གི་སྐྱེ་བའི་ཡ་  
མཐའ་ཐུག་མེད་དུ་བསྐྱབ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལྷུང་ལས་དེ་ལྟར་གསལ་འདུག་ཅེས་ལྷུང་ཙམ་མིན་  
པར་དཔལ་ལྷན་ཆོས་གྲགས་ཀྱི་ནམ་འབྲེལ་དུ་གསལ་བའི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་དགོས་ལ། དེའི་རྒྱལ་ཡང་  
དེ་རིང་གི་རང་གི་སེམས་འདི་ཁ་སང་གི་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་ཡིན་ཞིང་། དེའང་ཁ་ཉེན་རིག་རྒྱན་ཡིན་པ་ནས་བཟུང་མའི་  
མངལ་ནས་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་སེམས་དེ། སྐྱེ་ཁ་མའི་རྒྱན་ཡིན་ཞིང་། མངལ་དུ་ཞུགས་མ་ཐག་པའི་སེམས་དེ་ཞུགས་  
ཁ་མའི་རིག་རྒྱན་ཡིན་པས་ན། འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མའི་མཐའ་མེད་པས་སེམས་ཀྱི་འགོ་འདི་ནས་ཚྭ་ཞེས་པ་གང་  
དུ་འང་མི་རྟོད་པས་ན་རང་གི་སྐྱེ་བ་ལ་འང་ཐོག་མའི་མཐའ་མེད་པར་གྱུ་བ་ལ། དེ་གྲུབ་པས་སྐྱེ་བ་གངས་ཀྱིས་མི་ཆོད་  
པ་ཞིག་ཡོད་པར་གྱུ་བ་པས་སྐྱེ་བ་ལ་ཡམས་མཐའ་མེད། དེས་ན་ཆོའདིའི་ཡམས་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ཆོའདི་མའི་མངལ་སྐྱེས་  
དང་སྦྱོང་སྐྱེས་ཀྱི་སྐབས་ཡམ་མ་འཕྲོད་དགོས་པས་དེ་འདྲའི་སྐྱེ་བ་གཅིག་ལེན་པ་ལ་ཡམ་གཅིག་དགོས་པ་བཞིན་དུ།  
སྦྱོང་ལེན་པ་ལ་མ་སྦྱོང་དགོས་པ་སོགས་མ་གྲངས་མེད་དགོས་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མ་མ་བྱས་པའི་ཐབས་  
མེད། ཡང་སྦྱོང་རང་གི་སྐྱེ་བ་གངས་མེད་པས་ན་སེམས་ཅན་ཡིན་ནོ་ཅོག་གིས་རང་གི་མ་བྱས་པར་ཙམ་དུ་མ་ཟེད་  
ལན་གངས་མེད་དུ་བྱས་སོ། ། དེ་ཡང་དང་པོ་ཆོའདིའི་ཡམས་སྐྱེས་པ་ལྟ་མའི་མ་མང་དུ་བྱས་པར་བསྟོམ། དེ་  
ནས་ཕ་དང་། དེ་ནས་གཉེན་གཞན་དང་དེ་ནས་བར་མ་དང་། དེ་དག་ལ་སྦྱོང་བ་ལེགས་པར་ཐོན་ན། དག་ལ་

དམིགས་ཏེ་བསྐོས་དགོས་སོ། ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་སྐྱེ་བ་ལྷ་མའི་མ་ཡིན་ཀྱང་ཆོའདིའི་མ་དང་མི་འབྲེལ་སྐྱེ་བ་ལྷ་མའི་མ་གཉིས་ཀྱིས་མ་བྱས་པ་ལ་བྱད་མེད་དེ། བཞིང་སྟོག་བསྐྱབས་པའི་དྲིན་དེ་ལྟ་བུ་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། དེ་ལྟར་ཡང་ཡང་སྤྱངས་པས་སེམས་ཅན་གྲོག་མགའི་གཞོང་བ་ན་འང་བདག་དེའི་བྱ་བུ་མོར་ལྟར་སྐབས་རང་གི་སྤྱད་སྟག་ཆར་མ་དེ་ལ་རེ་དགོས་བྱུང་བ་སྟགས་ལྟར་ལྟར་བྱ་བ་ཞིག་འོངས་དགོས་ཤིང་དེ་ལྟར་བྱུང་ཆོམས་ཤེས་སྤྱད་ལ་སྐྱེས་པའི་ཆད་དོ། །

[illegible]

३ དྲིལ་གཞོན་པ། དཔེར་ན་རང་གི་ཆོའདིའི་མ་མཁུ་ལང་ཁོང་ལང་བྲིད་དང་བྲལ་ནས། སེམས་སྦྱོར་ཏེ་གཡང་ས་ཞིག་གི་ཁར་མཆོང་བར་ཉེ་བ་ན། འུ་སྤྱག་དེར་ཡོད་ན་མ་དེས་ཀྱང་བྱ་དེ་ལ་མི་རེ་ན་སྤྱལ་རེ། འུ་སྤྱག་དེས་ཀྱང་མ་མི་བསྐྱབ་ན་སྤྱལ་སྐྱབ། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆོས་དང་ཆོས་མཐིན་པའི་སྒྲུང་དོར་ལྟ་བུའི་མིག་དང་ནི་བྲལ། དམ་པའི་ཆོས་སྟོན་མཁན་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ལང་བྲིད་དང་ནི་བྲལ། ཉེན་མོངས་དུག་གསུམ་གྱིས་སེམས་དཀྱུགས་ནས་ཤེས་པ་ལ་རང་དབང་མ་ཐོབ་པས་སྦྱོས། རན་སོང་གི་གཡང་ས་ཆེན་པོར་མཆོངས་ནས་འགོ་བའདི་ལ། ད་ལན་རང་ཅག་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་། ལང་པའི་ཆོས་དང་མཇལ། སྒྲུང་དོར་ལང་ཅུང་ཟད་ཤེས་པའི་ཆ་ནས་དེ་དག་ལས་རང་གོ་སྐབས་བཟང་བས་ན་དེ་དག་དེ་ལས་སྦྱོབ་ཐབས་ཀྱི་ཁྱུང་བྱེད་མཁན་རང་ལ་འགན་བབས་འདུག་ཅིང་། སེམས་ཅན་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲོང་དུ་ཅུང་པ་ན་མས་ད་རེས་རང་ལ་འདོན་པའི་ཐབས་ཡོད་བཞིན་དུ་མ་བཏོན་ན་མ་རབས་ཐ་ཆད་ཡིན་པས་དེ་དག་འདོན་པའི་ཁྱུང་ད་རེས་རང་ཉིད་ལ་བབས་འདུག དེ་ཡང་ཟས་གོས་སོགས་སྟེར་བ་ཙམ་གྱིས་ནི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བགྱིས་སྒྲིམ་ལས་གྲོལ་ཙམ་ལས་ཡུགས་སུ་ཕན་པ་ཞིག་མི་འབྱུང་། བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་དང་། རྒྱག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཞིག་བྱུང་ན་ལྷགས་ཤིང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་བཞོན་ན་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་ཁོང་། རྒྱག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་གནས་ཐོབ་པ་ཡིན་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་དགོན་པར་བྱའོ་སྟེ་དགོས་སོ། །

༡ ཡིད་འོང་བྱ་མས་པ་ཆེན་པོ་སྒྲིམ་ཚུལ།      སེམས་ཅན་སྤྱད་ཞིག་ལ་འདྲ་བྱ་བྱ་ཡིད་ཏུ་འོང་བ་དང་འདྲ་

བར་མཐོང་བལ་ཡིད་འོང་བྱམས་པ་ཟེར། འདི་ལ་དམིགས་པ་ལོགས་སུ་མི་དགོས་པར་གོང་གི་མར་ཤེས་དྲིན་དྲན་  
དྲིན་གཟོག་སྐྱུ་ལ་ལྟོང་བ་ཐོན་ཡོད་ན་འདི་རང་ཤུགས་ཀྱིས་བྱང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་ཟག་མེད་ཀྱི་  
བདེ་བ་ལྟ་ཅི་ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་ཅམ་ཡང་མི་འདུག ད་ལྟ་ཁོ་རང་ཆོས་བདེ་བར་སྒྲོམ་པ་དེ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་  
རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་པས། ད་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་ན་ཅི་མ་རུང་། ལྡན་  
པར་གྱུར་ཅིག དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བདག་གིས་བྱའོ་སྒྲོམ་དུ་བསམ།

༥ སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྒྲོམ་ཚུལ། སྤྱིང་རྩེ་ནི་ཐོག་མར་ཐོག་ཆེན་དུ་ངེས་པར་བྱེད་པ་དང་། བྱང་རྒྱལ་དུ་  
སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཅ་བར་གྱུར་བས་ས་བོན་ལྟར་གཤམ་ཆེ་བ། བར་དུ་རྒྱལ་སྤྱི་ཀྱི་སྤྱོད་པར་མི་ལྷན་པའི་གོ་ཆའི་  
བཙོན་འབྲས་བསྐྱེད་པས་རྒྱལ་དུ་ལྟར་གཤམ་ཆེ་བ། མཐའ་མར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་ནས་ཀྱང་གཞན་དོན་འཕྲིན་ལས་  
རྒྱན་མི་ཆད་པར་བྱེད་པས་འབྲས་བྱལ་ཡོངས་སྤྱོད་པ་ལྟར་གཤམ་ཆེ་ལོ། མདོར་ན་གཞན་དོན་ཤུགས་དྲག་ཡོད་དང་།  
བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱི་ས་ལམ་བཟོད་པ་ལྟར་བྱལ་ཡང་སྤྱིང་རྩེ་ཤུགས་དྲག་ཞན་ཀྱི་སྤྱོད་པས་ཀྱིས་ཡིན། དཔེར་ན་བྱ་སྤྱག་  
མེདོང་དུ་ལྟར་ན་དེ་ལ་མས་ལྟར་དུ་འདོན་ལ། ཉེ་འབྲེལ་གཞན་གྱིས་དེ་ལྟར་མི་རུས་པ་ལྟར་རོ། སྤྱིང་རྩེ་བསྒྲོམ་པ་  
ན་ཐོག་མར་ཁང་པར་བཅུག་པའི་གསོད་པར་ངེས་པའི་བསྐྱང་བྱ་ཆོགས་དང་གསོད་པར་ངེས་པའི་ཉེས་མེད་སྐྱེ་བོ་ལྟ་  
བྱུང་དམིགས་ནས་བསྒྲོམས་ན་སྤྱི་སྤྱི། དེ་དག་གིས་གསོད་པ་ནི་མདོན་སྤྱུ་དུ་ཤེས་ཀྱང་། ཐོས་པས་ནི་མི་ཐར།  
མགོན་སྐྱབས་མེད་པར་མིག་མཆིམ་ཅ་རེར་གསོད་པ་པའི་གདོང་ལ་ལྟ་བཞིན་འཛིགས་སྤྱག་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་བཟད་  
པའི་རང་ནས་གསོད་ལུགས་རན་པ་ལྟ་ཆོགས་པ་ཞིག་གིས་འཆི་ཚུལ་ལ་བསམ་དགོས། དེ་བཞིན་གསོད་པར་མ་  
བསྐྱེབས་པའི་སྤྱགས་གསོལ་ན་ཡོད་པའི་བསྐྱང་རྣམས་ཀྱང་སྤྱི་སྤྱི་ལྟར་ཅམ་ལས་ལྟར་པར་མེད། དེ་དག་གིས་  
ཀྱང་ཆེ་རབས་སྤྱི་མའི་རང་གི་མ་བྱས་ཚུལ་བསམས་ནས་སྤྱིང་རྩེ་བསྒྲོམ། དེ་ལ་ལྟོང་བ་སྤྱི་སྤྱི། སེམས་ཅན་གཞན་  
དཔེར་ན་དམག་ཁྲག་གི་སྐབས་སུ་རྒྱལ་སྤྱི་མཆོན་ཆ་གཡུགས་ནས་མི་དང་མི་མིན་གྱི་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་  
མཆོན་མདོར་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྟ་ཆོགས་ལྟོང་དང་ལྟོང་བཞིན་པ་རྣམས་ལ་དམིགས་ནས་ཡམ་དྲིན་ཅན་འདི་དག་སྤྱག་  
བསྐྱེད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་བྱལ་ན་ཅི་མ་རུང་། དེ་ལྟར་བདག་གིས་བྱའོ་ཞེས་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་དོ།

༦ ལྟག་བསམ་སྒྲོམ་ཚུལ། མའི་འགན་ཁུར་བྱ་སྤྱག་ལ་བབས་པ་བཞིན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱག་  
བསྐྱེད་སེལ་བ་དང་། བདེ་སྤྱིང་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པའི་འགན་ཁུར་རང་གིས་ཁྱེར་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
སངས་རྒྱས་སལ་བདག་རང་གིས་དགོད་ཅེས་ཐག་བཅད་པ་ནི། ཉན་རང་ལས་ལྟག་པའི་བསམ་པ་སྤྱི། དཔེར་ན།  
མི་ཞིག་གཤམ་དུ་ལྟར་བ་མཐོང་བ་མ་བཟོད་ནས་དེ་འདོན་མཁན་བྱང་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲོམ་པ་ལྟ་བུ་ནི་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་  
རྩེ་གཉིས་དང་མཆུངས་ཤིང་། དེར་མ་བཞག་པར་རང་གིས་འདོན་རྒྱུར་སྤྱི་ཐག་བཅད་པ་ནི་ལྟག་བསམ་དང་འདྲའོ།

༧ སེམས་བསྐྱེད་སྒྲོམ་ཚུལ། དེ་ལྟར་ཁུར་དུ་ཁྱེར་བལ་རང་ལ་དེ་འདྲའི་རུས་པ་ཡེ་ཡོད་བཟགས་པ་ན།  
རང་ལ་ནི་ད་ལྟ་སེམས་ཅན་གཅིག་གི་དོན་བྱེད་པའི་རུས་པ་འང་མེད། འོན་ཀྱང་དོན་བྱེད་པར་རུས་མཁན་ཞེས་  
བཅུལ་ནས། དེའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཡེ་རུས་བཟད་དགོས། དེ་ལྟ་དོན་བྱེད་པར་རུས་མཁན་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཡིན་  
ཞིང་། དེས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་དང་བྱལ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་འཐོབ་པར་བྱའོ་སྒྲོམ་པའི་བསམ་པ་བཟད་པོ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་དགོས་སོ།

དེ་ལྟར་བསྐྱེམས་ཀྱང་འཐོབ་ཡི་བྱུང་སྟེ། དེ་ངེས་པར་འཐོབ་ནུས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འདི་བསྐྱེད་པའི་  
དུས་སྐབས་དེ་སེམས་ལྟག་པ་མེད་ཅིང་། ཉེན་མི་ལུས་སྒོལ། ཐུག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དང་མཇུག་པ་སོ། ། ཡང་  
ཉིང་སེམས་ཅན་མཐོང་ཅན་ནས་དེའི་དོན་དུ་རྒྱུགས་བྱང་སྐབས་འདོད་ཀྱི་སེམས་ལ་རྩལ་མེད་ཀྱི་ཚུང་བ་ནམ་ཐོན་པ་ན་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དངོས་གནས་པ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཞིང་དེ་རྒྱུད་ལྟན་གང་ཟག་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དང་རྒྱལ་  
སྤྱོད་སེམས་པའི་མིང་སྟོབས་ལ།

ག བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་སྒྲིག་སྒྲིབ་རྒྱུ།

༡ བདག་གཞན་མཉམ་པར་བསྐྱེམ་པ། རང་མི་ལམ་རྒྱུད་ཆད་དུ་འདྲ་སྟེ། བཟུལ་ཅུང་ཟད་ཅན་ཡང་མི་  
འདོད་ཅིང་། བདེ་བའི་ཅན་བྱུང་ཡང་ཆོག་ཤེས་མེད་པ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐ་ན་འབྲུ་སྒྲིབ་རྒྱུ་ཆད་བདེ་བ་འདོད་པ་  
དང་། སྟེག་བཟུལ་མི་འདོད་པར་སྒྲིག་ཀྱང་ནས་མཉམ་པས་སྒྲིགས་ཤིང་མི་ཤིགས་སོ།

༢ བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཐུགས་བསམ་པ། རང་ལ་མི་འདོད་པ་གང་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་རང་  
གཅེས་འཛིན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། མཆོན་དང་། དུག་སྟགས་ཀྱི་གཞོད་པ་འང་ཆེ་སྟེ་རང་བདེ་བ་བསམ་ཆེད་  
གཞན་གྱི་སྟོག་བཅད་པ་དང་། སེར་སྒྲུབ་པ་སྟགས་ཀྱི་འབྲས་བྱུང་དང་། ཟས་མ་འསྟོད་པའི་ན་ཆ། དགྲའི་  
འཇིགས་པ་དང་། ཁ་མཆུ་སྟེག་བཟུལ་སྟགས་ཐམས་ཅད་རང་གཅེས་པར་བབྱུང་ནས་ཟ་འབྲུང་གི་ཆོད་མ་ཟིན་པ་  
དང་། རྟོག་སྟགས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་མ་ཐོངས་པ་དང་། བདེ་མ་ཐེག་པའི་སྒྲིབ་ཁོ་ན་ཡིན། མཐོང་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་  
རྒྱལ་ཁབ་པན་རྒྱུ་འཐབ་པ་ནས་བབྱུང་སྟེ། དམའ་ས་སྤངས་པོ་ནང་པན་རྒྱུ་འཐབ་པའི་བར་རྒྱུ་ཆད་ཐམས་ཅད་  
རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲིབ་ཡིན། རང་ལ་བྱུང་པར་མེད་ཀྱི་དག་དག་འབྱུང་བའི་རང་གཅེས་འཛིན་སྒྲིབ་བཏང་ན་སྟེ་  
མའི་སྒྲིབ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་མི་འབྲུང་། གཞན་ཡང་ཁོར་རྒྱལ་ཤོར་བའི་སྟེག་བཟུལ་དང་། རྒྱུ་ཁག་གིས་ནད་  
མི་ཐེག་པ་ཡང་རང་གཅེས་འཛིན་གྱིས་གཞན་ལ་གཞོད་པ་བསྐྱུལ་བའི་འབྲས་བྱུང་ཡིན། ཁོར་དང་གཏམ་དོན་ལ་མ་  
ཆགས་པ་དེ་དག་སྒྲིབ་བཏང་ན་མི་བདེ་བ་དེ་དག་མི་བྱུང་། མདོར་ན་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་རང་ལ་སྟེག་གཏོང་  
མཁན་རང་གཅེས་འཛིན་འདི་ཉིད་ཡིན་པས་ན་འདི་ལ་དགའ་བ་ལྟས་ཏེ་སྦྱང་དགོས་སོ།

༣ གཞན་གཅེས་འཛིན་ཡོན་ཏན། ལྷ་མིའི་དཔལ་འབྱོར་སྟོགས་མཐོན་མཐོན་ལུས་ལོངས་སྦྱོང་ཐམས་  
ཅད་གཞན་གཅེས་པར་བབྱུང་ནས་སྟོག་གཅོད་སྤངས་པའི་དགེ་བའི་འབྲས་བྱུང་བདེ་འབྱོར་སྦྱེ་བའི་ཆོའང་ནད་མེད་  
ཅིང་ཆེ་རིང་བ་བྱུང་། གཞན་གཅེས་པར་བབྱུང་ནས་སྒྲིབ་པ་བཏང་བའི་འབྲས་བྱུང་དཔལ་འབྱོར་ཆེ་བ་བྱུང་།  
ཁོང་ཁྱོད་སྤངས་ཤིང་བཟོད་པ་བསྐྱེམས་པས་གཞུགས་མཛེས་པ་བྱུང་། དེ་ཅན་མ་ཟད་ད་ལྟར་རང་རེ་ནམས་ཀྱིས་མིག་  
མཐོང་ལག་ཟིན་མཐོང་ཆོས་སྤྱང་གཞན་པན་སེམས་བབྱུང་སྟེ་གནས་ཉམ་ཐག་དཔུལ་ཕོངས་ལ་སྒྲིབ་པའི་ཞབས་  
འདེགས་བསྐྱབས་དང་སྦྱོབ་བཞིན་པའི་དངས་སྤངས་པ་ཆོར་གཞན་གྱིས་གུས་བཀྱར་ཞུ་བ་སྟགས་ཆང་མས་མཁྱེན་  
གསལ་ལྟར་རོ།

༤ བདག་གཞན་བཞེ་བའི་བསམ་པ་དངོས། དེ་ལྟར་སྒྲིབ་ཡོན་མཐོང་བའི་སྒྲིབ་ནས་རང་གཅེས་པར་  
འཛིན་པའི་སྒྲིབ་དང་། གཞན་ཡལ་བར་དོར་བས་སྒྲིག་གིས་གོ་སྒྲིབ་ནི་བདག་གཞན་བཞེ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་གཞན་

ལ་བདག་དང་། བདག་གཞན་དུ་འཛིན་པ་ལ་ཟེར་བ་མིན་པ། རྩོན་ཆད་རང་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་གཞན་ལ་ལ་  
བར་དོར་བ་ཡིན་ལ་ད་ནི་དེ་གཉིས་གོ་ས་བརྗེ་ལེན་བྱས་ཏེ། རང་གཅེས་པར་འཛིན་པ་དེ་གཞན་ལ་སྤྲོ་བ་ལ་བརྗེ་བ་  
ཞེས་ཟེར། རྩོན་ཆད་གཞན་ལ་ལ་བར་དོར་པ་ལྟར་ད་ཕྱིན་རང་ལ་ལ་བར་དོར། རྩོན་ཆད་རང་གཅེས་པར་འཛིན་  
པ་བཞིན་དུ་ཕྱིན་ཆད་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པར་བྱའོ་སྟེ་སྟོང་དུ་སྒྲིལ། དེ་ལྟར་གོ་མས་ན་བརྗེ་ལེན་སྤྱོད་པ་ནི།  
དཔེར་ན་པ་རི་ལ་སྤྲོད་པ་ན་ཚུ་རིར་གོ་སྟོན་པའི་སྒྲིལ་བ་དང་། པ་མའི་ཁྲུག་གི་གོང་བྱ་ལ་ད་ལྟར་ལུས་ཞེས་  
བདག་གིར་བཟུང་བ་དང་འདྲའོ།

4 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཏོང་ལེན་སྟོན་ཚུ་ལ། རྟོང་རྗེའི་དམིགས་པ་ཙལ་དུ་བཏོན་ནས་ལེན་པ་ལ་སྒྲིལ་  
ཚུ་ལ་ནི། མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བར་བྱའོ་སྟེ་སྟོན་པའི་རྟོང་བརྗེ་བསྐྱེད་ནས། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟུག་བསྐྱེད། རྟོན་སྤྱོད་ཡོད་དོ་ཅོག་འོད་ནག་པོའི་རྣམ་པར་རང་གི་རྟོང་གར་གཅེས་འཛིན་ལ་ཐིམ་  
པར་བསམས་ནས། སེམས་ཅན་ཡོད་དོ་ཅོག་སྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ཞིང་རྟོན་སྤྱོད་བྱང་བར་ཐིམ་པ་དང་། དེ་ལྟར་  
སྤྱོན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་ཀྱང་སྟོན་ལ་མ་རྟུག་དགོས། བྱམས་པའི་དམིགས་པ་ཙལ་དུ་བཏོན་ནས་གཏོང་བ་སྟོན་ཚུ་ལ་  
ནི། རང་གི་ལུས་ཟས། རྟོམ། གོས། ཁང་བཅེགས། བཞོན་པ་སོགས་ཀྱིས་མཆོད་གང་འདོད་ཀྱི་དངོས་  
པོར་སྦྱལ་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཡངས་པ་མེད་པར་བཏང་པས་དེ་དག་ཆོམ་པར་བྱས་ཤིང་ཞི་བདེ་བའི་མེས་པ་  
ཐོབ་པར་ཐོས། དེ་བཞིན་ཆོས་རབ་དུ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དུ་སྦྱལ་ནས་བཏང་བས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་གང་  
དང་གང་འདོད་པའི་ཤེས་བྱའི་གནས་ལུགས་ཤེས་པར་ཐོས། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དུ་སྦྱལ་ནས་ཆོས་བསྟན་པས་  
སེམས་ཅན་རྣམས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད་པར་ཐོས། གཏོང་ལེན་ཀྱི་  
དམིགས་པ་ལ་ཅུང་ཟད་སྒོ་འབྱོར་པའི་ཆོད་བྱགས་ཕྱིར་འགོ་སྐབས་གཏོང་བ་དང་། བར་དུ་བརྟུངས་པའི་ཆོ་ལེན་  
པ་དང་སྦྱར་ནས་གཏོང་ལེན་བསྟོན་དགོས་སོ།

5 རྟོན་རབ་བྱང་ཆུབ་ལ་མ་དུ་བསྒྱུར་པའི་ཚུ་ལ། ད་ལྟར་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་མི་འདོད་པ་རྣམས་ལེ་ལན་  
གཞན་ལ་འགེལ་མོད་ཀྱང་། ཚ་བ་གང་ལ་སྟུག་བསྐྱེད་པ་ན། མི་འདོད་པ་བྱང་ཆད་རང་གི་ལས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན།  
དེའང་རང་གཅེས་འཛིན་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན་པས། ལེ་ལན་ཚ་བ་ནི་རང་གཅེས་འཛིན་ལ་སྟུག་ རྟོན་མས་ནོར་བརྟུས་  
པ་རྩོན་ཆད་ཀྱང་ལེ་ལན་རྟོན་མ་ལ་མི་སྟུག་པར། རང་གི་ལས་དང་། གཅེས་འཛིན་ལ་སྟུག་ཡོད། བ་ཆ་དང་  
སེམས་མི་བདེ་བ་སོགས་ཅི་བྱང་ཡང་སྟོན་ཀྱི་ལས་རན་འབྲས་བྱང་ན་སོང་དུ་མྱོང་ངེས་རྣམས་རྟོན་འདི་ལ་སྤྱོན་པས་གོ་  
བཅད་སྟེ་སྟེ་ཡིད་བདེ་ལྟར་ལྟར་བྱ་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་ངས་སྟོན་གཏོང་ལེན་བྱས་ཏེ་སེམས་ཅན་ཀྱི་བདེ་སྟུག་བདག་  
ལ་བྲངས་པ་ཡིན་པས་དོན་འབྱུངས་སོ་སྟེ་སྟེ་དགའ་བ་སྐྱེད་ནས། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་སྟུག་བསྐྱེད་མྱོང་འབྱུར་  
ཆང་མ་དེས་གོ་ཆོད་པར་བསྟོན་ཞིང་། ད་དེས་སེམས་ཅན་ཀྱི་སྟུག་བསྐྱེད་དངོས་སུ་ལེན་ཆུང་གོ་སྐབས་བྱང་པར་  
ལེགས་སོ་སྟེ་སྟེ་གཏོང་ལེན་བྱས་ནས་སྒྲིལ་ནད་ཀྱིས་བཏང་ན། བ་ཆ་སོགས་ཀྱང་བར་ཆད་དུ་མི་འབྱུར། གཞན་  
ཡང་གཞན་ཀྱིས་བསྟོད་ར་བཏང་ན་ང་རྒྱལ་ཐེ་ཆེར་འབྱུར་ཞིང་། དེས་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་ལུང་། རང་གི་སྦྱོན་མི་  
མཐོང་ལ། སྤང་ར་བཏང་ན་གནས་སྐབས་མི་སྟོན་ཡང་། ཕྱིས་ནས་རང་གི་ལས་དེ་ལ་བརྟུགས་ནས་འདོར་ལེན་  
གཟབ་གཟབ་བྱེད་པ་འདི་འབྱུང་བས་བཀའ་དྲིན་ཆོད་སྟེ་སྟེ་སྟེ་བསམ་ན། རྟོན་རབ་བྱང་ཆོད་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་



སྒྲིམ་དང་། རང་གི་རྒྱལ་པ་སོགས་ཐབས་སྤྱད་ལས་ལ་མི་འཇུག་པར་རང་ལ་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྲིད་ཟད་མི་ཤེས་པ་  
འབྱུང་། མདོར་ན་རང་ལ་བདེ་སྤྱད་བཟང་ལན་ཅི་བྱུང་ཡང་དེ་དག་རང་རང་གི་ངོ་བོ་འཇགས་སྤངས་ལ་དབུད་  
ཞིབ་བྱས་ཏེ། བདེ་སྤྱད་སོགས་ཆོས་ཡོད་དོ་ཙག་གཅིག་ལ་གཅིག་ཉོས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱེན་རྒྱེན་འབྲེལ་ཆོགས་ཙམ་ལས་ཀྱིན་  
བཟང་ལན་དང་བདེ་སྤྱད་ཅེས་མིང་ཙམ་གྱི་སྤྱད་ཙམ་དུ་སྤྱང་བ་ལས་དོན་དུ་རང་གི་ངོས་ནས་ངོ་བོས་མ་གྲུབ་པ་དང་།  
རང་དག་ཞན་ཞེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་ལ་བསྐྱས་ནས་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་ཆགས་སོགས་འགོག་དགོས་སོ།

## ང སེམས་བསྐྱེད་འབྲས་བྱ་ལམ་འཁྲིམ།

མཐར་སེམས་ཙན་ཐམས་ཙན་ཀྱང་བདེ་བ་ཐམས་ཙན་དང་ལྡན་པར་གྱུར་སྤངས་པ་རེ་བྱས་ན་ཆོགས་ཆོགས་  
ཆོབས་ཆེ་བས། དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་འབྲས་བྱ་ལམ་འཁྲིམ་གྱི་དམིགས་པ་བྱེད་ཚུལ་ནི། རང་གི་ད་སྐད་ཅིག་  
གིས་གྲུབ་དབང་གི་སྒྲུར་གྱུར། དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་སེམས་ཙན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤྱངས། སེམས་ཙན་  
ཐམས་ཙན་ཀྱང་གྲུབ་པའི་དབང་པོའི་སྒྲུར་གྱུར་པར་མོས་པ་ལ་དགའ་སྟོབས་སྒྲོམ་དགོས་སོ།

ཞེས་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་སྒྲོ་སྒྲུང་ཚུལ་མདོར་བསྐྱེད་འདི་བཞིན་རྒྱག་ཚུ་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་ལྟ་ཆེན་པོ་ནས་བྱི་ལོ་༡༩༥༥ཟླ་  
བའུ་ཆོས་ལེན་ནང་པའི་གཞུང་ལ་དམིགས་བསལ་སྒྲོབ་གཉེར་མ་བྱས་པར་གྱུར་བཏང་གི་མི་ནང་ཆོས་ལ་དད་མོས་པ་སེར་སྒྲུ་ནམས་ཀྱི་  
ཆེད་གོ་བདེའི་ཐོད་གྱི་ནང་ཆོས་ཤིག་ཅེས་ཀྱང་འཆད་རྟགས་ཞེས་ནན་བསྐྱེད་གནང་བའི་གསུང་ངོ་མ་ལྟོག་པར་རང་ལ་ཉམས་ལེན་གྱི་  
ཙམ་མེད་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྐལ་བཟང་གིས། ༡༩༥༥ཟླ་བ་༩ཆོས་༩༩ཉིན་བླ་མའི་གསུང་ལས་བདུས་པ་ཇ་ཡོད།



## བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་སྐོར་སྒྲིག་བ།

འཇམ་མཛོད་ཀྱི་ཁྲིམས།(ཁྲིམས་སྤྱི་དགུ)

སྤྱི་སྐད་མེད་ཀྱི་མི་རུང་བ།

བོད་མི་རིགས་ནི་གངས་ཀྱང་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ནའང་། འཛམ་གླིང་དུ་ལོ་རྒྱུས་རིང་ལ་སྡོད་ཐོན་གྱི་སྐད་  
ཡིག་དང་། གཞན་པའི་རིགས་གནས་ཀྱན་རང་མི་རིགས་ཙམ་དུ་མ་ཟད། འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་ཕན་བདེ་སྤྱོད་  
པའི་རིག་གནས་ཐུན་མེན་གྱི་བྱུང་ཆོས་ལྡན། དེ་ལྟ་བུའི་རིག་གནས་དེ་གཞི་འཛིན་ཕྱིན་ནི་སྐད་ཡིག་ཡིན་ལ། སྐད་  
ཡིག་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་འབྲེན་ཆོས་གཙོ་བོ་དང་། དེ་སྤྱིར་སྤྱོད་སྤེལ་གསུམ་ཕྱིན་པ་ནི། མི་རིགས་དང་དེའི་རིགས་  
གནས་གནས་མེན་གྱི་འགག་ཅ་ཞིག་ཀྱང་རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོར་འདི་ལྟར་སྐད་ཡིག་འཛིན་ཉན་གྱི་ཐུངས་སྐྱེས་  
དགོས་དོན་ནི། དེང་དུས་སྤྱོད་གསལ་ཐང་ནས་སྐད་ཡིག་ཉམས་སྤྱོད་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ལ། སྐད་ཡིག་ཉམས་སྤྱོད་  
དུ་འགྲོ་བའི་ཐོག་སྤྱོད་གཅིག་ཀྱང་བོད་ལ་སྤྱི་སྐད་མེད་པར་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ཕན་ཚུན་སྐད་བརྒྱུད་མི་འཕྲོད་  
པར་སྐད་རིགས་གཞན་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་འདི་ཡིན་ལ། ཆོས་ཁ་གསུམ་གྱི་སྐད་གཅིག་འབྱུང་བུང་བ་ཡིན་ན་ཐུན་  
མིང་གསུམ་པ་ལྡན་པས་སྐད་དང་རིག་གནས་སྤྱོད་འཛིན་གྱི་རྒྱས་པ་གཏན་ནས་མི་འདྲ་སྟེ། དེ་ནི་ཕན་ཚུན་བརྒྱུད་  
རིམ་ཕྱིན་སྤྱོད་ཀྱི་ལག་ཆ་ཡིན་པས། བསམ་སྟོན་བརྒྱུད་རིམ། ཉམས་སྤྱོད་བརྒྱུད་རིམ། རིགས་གནས་བརྒྱུད་རིམ་ལ་གོ་  
བརྒྱུད་ཆ་ཆོད་བསྟོན་ཐུབ་པས་གཅིག་འབྱུང་གྱི་རྒྱས་པ་ཐོན་ལ། དེ་བཞིན་སྤྱོད་ཆོག་པའཕེལ་རྒྱས་ལའང་རྒྱས་པ་སྤྱོད་  
ཏུ་ཐོན་ཐུབ། ང་ཚོས་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཕྱིར་དྲན་བྱས་ན། བོད་སྤེལ་དུས་འཐོར་བ་ནས་བཟུང་སྤྱི་སྐད་ཉམས་སྤྱོད་ལྟ་  
སྐད་སོ་སོར་གྱིས། ཡིག་སྐད་ལ་མ་བསྐྱོན་པས་སྐད་དང་ཡིག་དེ་བར་ཐག་ཀྱང་རེ་རིང་དུ་སོང་སྟེ་རིམ་བཞིན་སྤྱི་སྐད་  
ཉམས་པ་ནས་བཟུང་ད་ལྟའི་བར་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ཕན་ཚུན་བརྒྱུད་འཕྲོད་དཀའ་བར་གྱུར། ད་དུང་འདི་  
ལྟ་སྤྱོད་ལྟ་སྤྱོད་བསམ་སྤྱོད་ཐ་དང་པའི་མི་རིགས་སྤྱོད་འབྱུང་རིམ་པས། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐུང་བ་ཡོད་བཞིན་དུ་སྤྱོད་བཞོལ་  
དང་འགོར་འབྱུངས་ཕྱིན་པའི་གནས་གཏན་ནས་མ་ཡིན། ཡང་དེང་དུས་སྤྱོད་ཕྱིན་དུ་བོད་ཀྱི་རིགས་གནས་  
གང་ལའང་དཔུང་སྤྱོད་དང་ཞིབ་འཇུག་མ་ཅ་གཏོང་བ་སོགས་མཐོང་ཆེན་ཕྱིན་པ་ནི་དཀའ་འོས་པ་ཞིག་རེད། འོན་  
ཏེ་རིག་གནས་ཀྱན་གྱི་གཞི་ཉན་སྐད་ཡིག་ཡིན་པས་སྐད་ཡིག་ཆོད་ལྡན་གཏན་ཁེལ་དང་སྤྱོད་ཏུ་བཞོལ་རྒྱ་ཐང་མ་  
དཔུལ་གཏོང་དགོས་པ་གཙོ་ཆེ་བ་ལས་གཞན་གང་ཡང་མེད་དེ། མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནི། མི་རིགས་རིག་གནས་  
བང་མདོད་ཀྱི་ཞེ་མིག་ཀྱང་ཡིན་ཞེས་གསུང་ཡོད། མདོར་ན་སྤྱི་སྐད་གཏན་འབེབ་བཞོལ་སྤྱོད་ཕྱིན་རྒྱ་ནི་དུས་རབས་

ཀྱིདགོས་མཁོ་དང་། དེ་ནི་ར་ཆོ་མི་རབས་འདིས་བསྐྱབ་བྱའི་འགན་འཁུན་ཉག་ཅིག་དང་ཀྱན་གྱི་འབད་པ་བྱ་ཡུལ་  
ཞིག་ཡིན་པས་གཤམ་ནས་དེའི་སྐོར་ལ་རང་སྤྱོད་གང་དཔོག་དབུང་པར་བགྱེད།

བོད་མི་རིགས་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཆགས་ཟིན་པའི་སྤྱན་མོང་གི་སྐད་ཡིག་སྤྱན་མོང་གི་འཆོ་བ། སྤྱན་མོང་གི་འདུ་  
ཤེས་འཛིན་སྤངས་ལྡན་པའི་མི་རིགས་ཤིག་རེད། སྐད་ནི་ཐོག་མར་རལ་ཚོ་ལ་ལས་བྱུང་ཞིང་། བར་དུ་ཐོན་སྡེད་  
འཕེལ་རྒྱས་ཤིང་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་། དཔལ་འཕྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འབྲེལ་འདྲིས་ཤིང་ར་ཆོར་སྐད་ཡིག་གཅིག་གྱུར་  
དགོས་པའི་ལྷ་ཚུལ་འབྱུང་གི་ཡོད་ལ་ཐོན་སྡེད་བྱེད་མཁན་མི་དང་མིའི་བར་འབྲེལ་བ་རྒྱ་ཆེར་ཕྱིན་པས་སྐབས་དེར་སྤྱན་  
མོང་གིས་སྤྱོད་པའི་སྤྱི་སྐད་གྲུབ་པའི་དགོས་པ་སྐོར་དགོས། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བོད་མི་ལ་བྱ་ནི་སྐད་གཙོས་པའི་སྤྱི་འབྱོར་  
རིགས་གསུམ་གཅིག་འབྱུར་ཙ་འཛོར་དུ་སོང་བའི་དུས་དེམ་ཤིག་ཡིན་ལ། དེ་ནས་བརྒྱུད་ས་ཁོངས་ཀྱིས་བཅད་པའི་  
སྐད་རིགས་སྣ་ཆོགས་པ་འདི་བྱུང་། ས་རྒྱ་ཆེ་ལ་མི་གྲངས་ཉུང་བའི་རང་རེ་ཁ་བའི་རྫོང་ས་འདི་ཁ་འཛོར་དུ་གནས་  
པས། ལ་དང་ལུང་པས་བཅད། རྩ་དང་འགག་འཕྲང་གིས་བཀག་པས། སན་ཚུན་འགྲིམ་འབྲུལ་དང་འབྲེལ་  
གཏུག་མི་བདེ་བ་འཆོག་ནས་ཁོར་ཡུག་ལ་རག་ལས་པས་སྤྱི་སྐད་ཀྱང་གྱེས་བྱལ་དུ་སོང་སྟེ་ཡུལ་སྐད་ཕྱེ་བྲག་དུ་མར་གྲུབ་  
པ་རེད། དེར་དུས་བཟང་འཕྲིན་དང་། འགྲིམ་འབྲུལ། ཆོང་ཕྱོག་བཟེ་རེས་སོགས་སྤྱི་ཆོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱིས་  
བོད་རིགས་དང་བོད་རིགས་བར་འབྲེལ་མཐུན་ཟབ་མོ་བྱས་ཡོད་ལ། འབྲེལ་བྱེད་དེ་རང་སྐད་ལ་རག་ལས་ཡོད།  
ར་ཆོར་རང་རིགས་ཕན་ཚུན་སྐད་བཟང་མི་འཕྲོད་པའི་རྒྱུན་ཆད་ཀྱི་འབྲེལ་གཏུག་གི་ཤིང་ནས་གསལ་རྟོགས་བྱུང་པ་རེད་ལ།  
སྤྱི་སྐད་དགོས་པའི་སྤྱང་བྱ་ཡང་དེ་ལས་ཐོན་པ་རེད། དེར་དུས་སྤྱོད་སྐད་ཐོག་ནས་བཟང་འཕྲོད་རྒྱ་ནི་རྒྱ་བོད་ཕྱད་  
པ་ལས་ཀྱང་དཀའ་བར་གྱུར་ཡོད་དེ། མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་བོད་མི་ཕལ་ཆེ་བས་རང་སྐད་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་བཟང་  
མི་འཕྲོད་པར་སྐད་རིགས་གཞན་ལ་མ་བརྟེན་ཐབས་མེད་ཀྱང་ཉེ་མི་རིགས་གཞན་གྱི་མཐུན་ནས་བཟང་འཕྲོད་མ་འཕྲོད་  
ཀྱང་ངོ་མི་ཆ་ཞིང་། ཤེས་ཡོན་ཅན་ཕན་ཚུན་བར་བཟང་འཕྲོད་ཁག་པོར་གྱུར་པ་མ་ཟད། ཆེད་ལས་བོད་ཡིག་པ་  
ལ་འང་སྟེ་ཡུལ་མི་འདུ་བས་ཕན་ཚུན་བཟང་འཕྲོད་དཀའ་བར་འདུག་སྟེ། (གོ་ཐོས་སུ་རྒྱལ་ནང་དུ་བོད་ཤེས་རིག་  
ཆོགས་འདུ་ཞིག་ཏུ་ཆེད་ལས་བོད་ཡིག་ཅན་གྱི་རྒྱ་རིགས་བྱང་མེད་ཅིག་གིས་སྐད་བསྐྱར་བྱས་ཟེར།) མཐོ་རིམ་སློབ་ཆེན་  
བོད་ཡིག་ཆེད་སྦྱང་དགེ་སློབ་བར་བོད་སྐད་ཀྱིས་བཟང་མི་འཕྲོད་པའི་ཆོད་དུ་གྱུར་འདུག་ སློབ་མ་དང་སློབ་མའི་བར་  
དེ་བས་ཀྱང་སྐད་བཟང་མི་འཕྲོད་པར་ས་ཁུལ་སོ་སོའི་སློབ་མ་རང་རང་མཉམ་འགྲོ་མཉམ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ནི་སྐད་ཀྱིས་བཀག་  
རྒྱ་མེད་ཅིང་སྐད་ལ་བརྟེན་པའི་བསམ་སྦྱོང་གི་ཆ་མཐུན་པས་འབྲེལ་ཟབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། འབྲེལ་འདྲིས་དང་བྱུང་ཆ་  
ཡོད་པའི་སྐད་ན་བར་ཐོས་ཆེ་བྱགས་ནས་བཅེ་སེམས་ཤིག་སྟེ་འོང་བ་ནི་སྐད་ལ་འཛིན་པའི་ཞེན་ལྷ་ཡིན་པས་དེ་ལ་  
འབྲེལ་བྱེད་ཀྱི་རུས་པ་ཆེན་པོ་ལྡན། སྐད་མ་གོ་ན་སྤྱང་དང་། གཏམ་བཟོད་སྒྲིས་གར། ཁ་ཤིགས། བཞན་  
གར་སོགས་ཀྱང་བཟང་ཚུལ་བཞིན་མ་འཕྲོད་ཆེ་སྟེ་ཚལ་གྱི་རོལ་ཕྱོང་ལྟ་བུ། རྒྱན་ལྡན་ཁ་བཟའི་ཤིང་པ་རོལ་པོས་དགོད་  
གཏམ་ཁ་མཆར་ཀྱའི་སྤྱོད་ཀྱང་རང་གིས་མ་གོར་བརྟེན་དགོད་མི་སྤྱོད་ཅིང་ཅི་ལྟར་བཞན་གད་བྱེད་པ་མི་ཆོར། རྒྱ་  
ཚལ་པ་ལ་མཆོན་ན་རང་གི་མཆོན་བྱེད་བོད་རིགས་ཆང་མས་གོ་བྱུང་བམ་མི་བྱུང་སྟམ་པའི་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུད་དགོས་  
པས་རང་གི་ཁ་སྒྲིགས་ལ་འང་ཆད་བཀག་ངེས་ཅན་ཐེབས་ཡོད། ཡང་དེར་དུས་རྒྱལ་ཕྱི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་  
ཞིབ་འཇུག་དང་རྒྱས་ལོན་བྱེད་མཁན་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་འདུག དེ་དག་གིས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱོད་ཆེ་ཆོམ་ཁ་

གསུམ་གང་གི་སྐད་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱིར་དགོས་ཁོ་ཚོར་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་དྲི་བ་ཞིག་ཏུ་སྒྱུར་ཡོད། མི་རིགས་གང་ཡིན་  
རུང་རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་མ་བརྟེན་པར་འཕེལ་རྒྱས་སུ་སྤོང་བ་མེད་ལ། བླ་མ་ཡང་དབུ་ལ་ཕོངས་དང་རྩིས་ལུས་ལས་  
ཐར་མི་སྲིད། མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་དང་སྤྱི་ཚོགས་བདེ་འཇགས་ཀྱི་དེ་ལས་མ་འདས་པས་གང་ལ་འང་སྤྱི་སྐད་མེད་  
དུ་མི་རུང་བ་གསལ་འདུག བོད་མི་པ་ལ་ཆེ་བ་མཐོང་ཐོས་རྒྱ་རྒྱུ་བས་སྐད་ཡིག་ཉམས་རྒྱུ་ཀྱི་ཚུགས་འདིར་བསམ་  
སློབ་ཏོང་མཁན་ཉུང་ལ། ཉེན་ཁ་འདི་རྟོགས་མཁན་ཡོན་ཏན་པ་ཡིན་ཡང་ཡོན་ཏན་པའི་གྲངས་འབོར་ནི་ཉུང་ཉུང་  
རེད། ང་ཚོས་དོན་འདི་ཁ་ཆ་སྤོས་གཏུག་གིས་སྤྱབ་རྒྱ་ལས་སྤོང་ག་ཡོང་ག་ཏན་ནས་བྱེད་མི་རུང་ལ། འདི་ནི་རང་  
རིགས་ལ་བོད་ཅེས་པའི་མིང་ཐོགས་དང་མི་ཐོགས་ཀྱི་འགག་རྩ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

### སྤྱི་སྐད་མེད་པའི་མཚུག་འབྲས།

དེར་སང་མཁའ་ཤོར་དུ་གནས་པའི་ཕུག་ཚོས་བོད་སྐད་མི་ཤེས་ཤིང་བོད་ཀྱི་གཤིས་ཀ་དོར་ཏེ་མི་རིགས་གཞན་  
དང་དབྱེར་མེད་པར་སྒྱུར་འདུག ས་གནས་གང་ཡིན་རུང་རྫོང་དང་མཁའ་ཤོར་དེ་ས་གནས་དེའི་སྤྱི་འབྱོར་རིག་  
གསུམ་གྱི་ཉེ་བ་ཡིན་པས། མི་གཞན་ལ་འང་དེའི་ཤུགས་སྤྱོད་ཐེབས་སྟེ་མི་རིགས་ཉམས་འགྱུར་གྱི་གནོད་ཆབས་ཆེན་  
པོ་གཏོང་ངེས། ཡང་ད་ལྟ་མགོ་བེད་དང་ལས་བྱེད་པའི་ཁྲོད་དུ་བོད་སྐད་ཆ་ཆང་ཤོད་མི་སྤྱབ་པས་ལས་བྱེད་མང་  
ཚོགས་དང་ཁ་བྱལ་འདུག གནས་རྒྱལ་དེ་གཙོ་བོ་ཁོ་ཚོའི་བོད་ཡིག་གི་རྒྱ་ཆ་ཆང་ལ་རག་ལས་མོད། ཚུགས་གཞན་  
ནས་ཁོ་ཚོས་རྒྱ་སྐད་ཤོད་རྒྱུ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་དེ་རང་གི་གཟི་བརྒྱུད་དང་ལ་རྒྱ་རུ་འཛིན་ནའང་། དོན་དངོས་སུ་རིགས་  
ལ་འང་འགྲན་རྒྱུ་མི་རྒྱས་ལ་ཙམ་རྒྱུ་གི་སྒོ་དེ་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་འདྲིན་དང་སྐད་ཡིག་ཉམས་བྱེད་ཀྱང་རེད། དེ་དང་  
མཚུངས་པར་མི་དམངས་ཀྱི་སྐད་ཆའི་ཁྲོད་དུ་སྐད་རིགས་གཞན་བསྐྱེད་པ་མང་། ཚུལ་འདིས་བོད་སྐད་ཀྱིས་དུས་  
རབས་ཀྱི་རྩིས་མི་ཟིན་པ་དང་། ཐ་སྤྱད་ཀྱིས་མི་འདྲང་པའི་ལྟ་རྒྱུ་འབྱུང་གིན་ཡོད། ཐོན་རྩིས་གསར་བ་མོད་  
པའི་ད་ལྟའི་དུས་རིམ་འདིར་རྒྱ་སྐད་འཛོལ་བའི་ཐོན་རྩིས་གསར་བ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བའི་གོ་མ་ཁ་ཏ་ཅང་དལ་བས།  
བོད་སྐད་ཀྱིས་སྒྲིག་འཕུལ་དང་ཐོན་རྩིས་གསར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐད་ཆ་ཆང་བཤད་བྱེད་མེད་པ་དེས་སྐད་ཡིག་  
ཉམས་བྱེད་དུ་སྒྱུར་པ་མ་ཟད། ཅུང་ཟད་བསྒྱུར་བའམ་མིང་བཏགས་པ་དེ་ཡོད་ཀྱང་ས་གནས་སོ་སོའི་མིང་མི་འདྲ་བ་  
རེ་སྒྱུར་ཏེ་སྤྱི་མཐུན་མེད་པ་ཆགས་ཡོད། གོང་གསལ་པ་གནས་རྒྱལ་གྱིས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རྒྱ་བ་མར་གྱི་ངོ་བཞིན་འབྱིབ་  
ཡོད་ལ། ད་ལྟའི་འགྱུར་ཤོག་ལ་སྤོང་དཔགས་བྱས་ན་ཕྱིས་སུ་སྤྱི་སྐད་ཉམས་སྤོང་གི་སྐད་ཡིག་ཀྱང་རྒྱ་གསུམ་པའི་རེ་བ་  
ཆེན་པོ་མཐོང་སྟེ། དེ་སྤོང་སྤང་དར་གྱི་དུས་སྐབས་དང་རིག་གསར་གྱི་ལོ་བཅུའི་གོང་ཆག་ནང་རྒྱ་གསུམ་པའི་  
སྐད་ཡིག་རིག་གནས་འདི་ད་ལྟར་འགོག་སྤོང་གཞན་མེད་པར་རང་བཞིན་གྱིས་ཉམས་པར་འགྱུར་འདུག འདི་ནི་  
མི་རིགས་རང་གིས་མ་འཛོན་པ་ལས་གཞན་མེད་ལ། མི་རིགས་རིག་གནས་དང་། རིག་གནས་དེ་ཡང་སྐད་ཡིག་སྤྱི་  
སྐད་ལ་རག་ལས་པས་མི་རིགས་ཀྱི་ཕྱན་སུམ་ཚོགས་པའི་རིག་གནས་གནས་མིན་གྱི་འགག་རྩ་ཞིག་རེད།

འགྱུར་ཡིག་ལ་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་བའི་ཡར་སྤོང་དང་ད་ལྟའི་བར་མིང་བཤད་ཐ་སྤྱད་དང་ཚོགས་སྤྱོད་ཐད་ཀྱི་དཔྱད་པར་  
ཆེན་པོ་བྱུང་སྟེ། བླ་མ་ཐག་ཉེ་བས་དེའི་རིག་གནས་ཀྱི་ཤུགས་པས་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱར་བཅས་དག་དང་མི་མཚུངས་  
པར་མིང་བཤད་ཐ་སྤྱད་གང་དུ་བྱུང་བཞོལ་ཞིང་། སྤྱིར་བསྒྱུར་ཚུལ་གསུམ་ལས་དེར་དུས་སུ་ཐད་བསྒྱུར་བྱས་པ་མང་

བསདེས་ལྷག་པར་གོ་དཀའ་ལྟར་འདུག གལ་ཏེ་ཕྱིས་སུ་འདི་ལྟར་རིམ་བཞིན་ཤུགས་ཀྱིན་ཐེབས་ན་བཀའ་དང་  
བཟུང་བཅས་རི་བོའི་ལྷོས་དང་མཉམ་པ་དག་སྒྲིགས་བཅ་གྱི་ཕུང་བོ་ཅམ་ལས་ཕྱི་རབས་རྒྱལ་སྤྱོད་མི་གོ་བར་འགྱུར་  
ཉེན་ཡོད། བོད་ལ་ཐ་སྐད་ཕུན་སུམ་ཆོག་སེལ་པ་ཡོད་པ་མ་ཟད་བོད་སྐད་ནི་སྤྱི་འཛོམས་ཤོས་ཤིག་ཡིན་ཕྱིར་སྤྱི་མི་འདྲ་  
བཅས་པོ་ཐོན་གྱི་ཡོད་པས་བོད་རང་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱན་བཀོལ་གོ་སྤྱི་བའི་ཐ་སྐད་གཞིར་བཞག་ཕྱིས་ཐོག་བསྐྱར་ཚུལ་  
གསུམ་གང་ཡིན་རུང་མི་རིགས་རང་གི་སྐད་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་དང་བཟུང་ཏེ་བསྐྱར་ན་གནའ་དེང་གི་ཁྱད་པར་དང་སྐད་  
དང་ཡིག་འཛིན་ཁྱད་པར་ཉི་ཅུ་གཏོང་བྱུང། དེང་དུས་རྒྱབ་ཕྱོགས་དེང་རབས་རིག་གནས་བོད་འགྱུར་དེབ་ཁག་ཅིག་ཀྱི་  
ཡིག་ཤེས་མཁན་ཆོས་ལྷ་ཀྱི་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་བོད་ཡིག་ལས་མི་ཤེས་པས་བཟུས་ན་གོ་བཤམ་དཀའ་བར་གྱུར་འདུག  
བོད་ལ་མཆོན་ན་བསྐྱར་བྱ་ལའང་མི་དམངས་ཀྱི་རྒྱན་སྦྱོང་འཆོ་བའི་ཐོན་རྒྱས་མིང་བརྒྱ་བསྐྱར་རྒྱུར་དགོས་མཁོ་དང་  
ཕན་ཐོགས་གཉིས་ཀ་མི་ཆེ་ཡོད། རང་རེ་རྒྱལ་སྤྱོད་མེམས་རྒྱལ་དུ་ཕབས་ཏེ་བཟུས་ན་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་བའི་ཡར་  
སྤོང་གྱི་བཅམས་ཆོས་དང་། དེང་དུས་བཅམས་ཆོས་ཀྱི་ཐ་སྐད་དང་ཆོག་སྦྱོར་ལ་ཁྱད་པར་ག་རེ་ཡོད་མེད་གསལ་  
ཉགས་འབྱུང་ངེས་རེད། ཁྱད་པར་དེ་གཙོ་བོ་མདོ་ཁམས་ཕྱོགས་ནས་བྱུང་འདུག་ལ་དབྱུག་གཙང་དུ་གནའ་དེང་གི་  
ཁྱད་ཆེན་པོ་མེད་པ་མ་ཟད། དེང་རབས་སྒྲིག་འཕུལ་གྱི་མིང་བརྒྱ་ཕལ་ཆེ་བ་དེ་ཕྱིན་སྐད་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ཐད་  
ཀར་དེ་ཕྱིན་སྐད་ལས་བསྐྱར་བ་ཅུང་མང་ལ། དེ་ལ་ལེགས་པའི་ཆ་མི་དམན་པ་མཆོས་པས་སྤྱད་ནས་ནད་ཀྱི་ཕྱིས་  
དེའི་ཕྱོགས་ལ་འབད་དགོས་པ་གལ་ཆེ་བར་མཐོང་། སྤྱིར་འགྱུར་སྤྱོད་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་གནའ་རབས་ཀྱི་བཀའ་  
བཟུང་བཅས་དང་ད་ལྟའི་བཅམས་ཆོས་ལ་ཁྱད་པར་འབྱུང་གི་དུང་དེ་ནི་སྤྱི་སྐད་ཀྱི་བརྒྱུད་སྐད་དེ་ལ་བཟུང་ཏེ་གནའ་  
བོའི་བཀའ་དང་བཟུང་བཅས་རྒྱལ་སྤྱོད་གསར་བཅད་ཕྱིད་དགོས་ལ་ཕྱིད་ཀྱང་སྤྱི་བའི་རེད། བོད་ཁྱུ་དུ་ས་གནས་  
སོ་སོའི་མིང་བརྒྱ་གསར་བ་བསྐྱར་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་དེ་ཡང་གཙོ་བོ་སྐད་གཅིག་འགྱུར་མེད་པས་རང་རེ་ལ་ལོ་རྒྱུང་གཅིག་  
འགྱུར་མེད་པར་གྱུར་པ་རེད། གལ་ཏེ་ཕྱིས་སུ་སྤྱི་སྐད་གཅིག་འགྱུར་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ལོ་རྒྱུང་གཅིག་འགྱུར་ཡོང་རྒྱ་  
ཐོ་ཆོམ་མི་དགོས་པས་གནས་ཚུལ་དེའི་རིགས་ཐག་གཅོད་སྤྱི་བའི་རེད། གཞན་ཡང་དུས་དེབ་དང་ཆོག་སེལ་པར་གཙོ་བོ་  
བྱས་པའི་གསར་ཆོམ་དག་དུ་ཆོམ་པ་པོ་དང་ཆོམ་སྒྲིག་མི་ཉུང་བཞིག་གིས་བོད་ཡིག་ནང་དུ་བརྒྱ་མཆོན་ཉགས་ཤད་མ་  
བཀོལ་ན་དོན་མི་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་དུ་འཛིན། ཡིག་རིགས་ཁ་ཤས་ལ་དེ་མེད་ན་གཙོ་བོ་མཆོམས་མི་གསལ་བ་དང་དོན་  
མོར་ཉེན་ཡོད་མོད། བོད་ཡིག་ལ་རྒྱ་རིམ་པ་བསྐྱར་དང་ཕྱད་རྒྱལ་དེ་སྤྱོད་ཅིག་ཡོད་པས་དགོས་པ་ཆེར་མེད་པ་  
དཔེ་རྙིང་དག་ལ་བཟུས་ནས་ཉོགས་བྱུང། ཡང་ལ་ལ་ཞིག་གིས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་བོད་ཡིག་ལ་  
སྤྱར་ཏེ་དགོ་སྤྱོད་གྱི་དཔུང་པ་གཏོང་མཁན་འདུག ཡིན་ནའང་བོད་ཡིག་ནི་བོད་རང་གི་སྐད་ལ་བཟུང་ནས་བཅོས་  
པ་ཡིན་པས་མི་རིགས་གཞན་དང་མ་མཐུན་ཡང་གནས་སྐབས་བཏང་སྟོམས་སུ་འཛོག་རུང་ལ། དེ་མིན་ཡུལ་སྐད་ཕྱི་  
བྱག་པ་ཞིག་ལ་དཔུང་བརྒྱུད་བྱས་ཏེ་དེའི་ཁྱད་ཆོས་བརྒྱུད་མཁན་མི་ཉུང་བ་ཡོད་པ་དེ་དག་སྤྱི་སྐད་གཅིག་འགྱུར་ལ་ཕན་  
པའི་དཔུང་གཞི་ཡིན་ན་མ་གཏོགས། བོད་སྐད་ཡིན་པས་སོ་སོ་ལ་ལེགས་པའི་ཆ་ཡོད་པ་སྤྱོད་མེད་རེད། ད་ལྟར་  
ཆོས་གཙོ་བོ་བོད་སྤྱི་ལ་བརྒྱུད་འཕྱོད་པའི་སྤྱི་སྐད་གཏན་འབེབས་ཕྱིད་རྒྱུར་གལ་འགངས་ཏེ་ཅང་ཆེ་བས་ཆང་མས་རྟོག་ཅ་  
གཅིག་སྤྱི་ལ་ཕྱིད་དགོས་པ་ལས་དེར་ཕྱོགས་ཞེན་གྱི་ལྟ་བུ་ནི་ནམ་ཡང་འདྲིར་བྱ་ཉིད་དོ།

མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོག་སྤྱོད་ཀྱིས་རགས་ཅིས་བྱས་པ་ལྟར་ན། འཛམ་གླིང་དུ་མི་རིགས་སུམ་སྟོང་ལྷག་ལ་སྐད་

རིགས་ཉིས་སྟོང་བརྒྱ་བརྒྱ་ལྟ་དང་། (ལ་ལས་སྤྱུ་བརྒྱ་ཅམ་ཟེར་) ཡིག་རིགས་བརྒྱ་ལྟ་ལ་ཤས་ཡོད། དེ་  
 ལས་སྐད་རིགས་མང་ཆེ་བའི་མདུན་སྟོང་ས་ཡིག་པོ་མི་འདུག་སྟེ། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོག་སྒྲིབ་ཆེན་རིག་ཅ་  
 འཇུགས་ཆོག་ས་པས་ཆོད་དཔག་ས་བྱས་པ་ལྟར་ན། མི་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་ལས་མས་ཀྱི་རྩིས་སྤྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་བཀོལ་བྱུང་  
 པའི་སྐད་ཡིག་ནི། དབྱིན་སྐད་དང་། སྤྱ་རན་སིའི་སྐད་དང་། ཞི་པན་ཡའི་སྐད་། རྒྱ་སྐད་ལས་གྲངས་ཉུང་  
 བེ་སྐད་རིགས་བརྒྱ་ཆ་གོ་དྲུག་ལ། བཀོལ་མཁན་མི་གྲངས་བརྒྱ་ཆ་བཞི་ལས་མེད་པས། ཆ་སྟོ་མས་ཟླ་རེར་སྐད་  
 རིགས་གཉིས་རེ་མེད་པར་འགྱུར་བཞིན་ཡོད། ཆོག་ས་པ་འདིའི་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ལྷན་སྦྲེལ་ཆེད་སྒྲིབ་  
 གསེའི་མ་ལག་ཏུ་འཛོག་པ་མ་ཟེན། ཁོ་ཆོས་ཆད་མཐོའི་མཐོང་ཆེན་གྱིས་ཉིས་སྟོང་བརྒྱ་མེད་བཅུ་མེད་གཉིས་ལོ་ནས་  
 ལོ་རེའི་རྒྱ་གཉིས་པའི་ཆོས་ཉེར་གཅིག་ཉིན་དེ་འཛམ་གླིང་གི་པ་སྐད་ཉིན་མོར་གཏན་ཁེལ་བྱས་འདུག ཡང་རང་  
 རྒྱལ་གྱི་མན་རྒྱུ་རིགས་ལ་མི་གྲངས་ཁྲི་ཆོ་གཅིག་སྟོང་ལྟ་ཡོད་ཡོད། འོན་ཀྱང་མན་རྒྱུ་སྐད་ཤེས་མཁན་མི་གྲངས་  
 བརྒྱ་ལས་མི་འདྲང་བས། དེ་ལས་མན་རྒྱུ་ཡི་གེ་ཤེས་མཁན་ནི་མི་གྲངས་ཉི་ཤུའི་གཡས་གཡོན་དུ་ཡོད་འདུག  
 འདས་ཟེར་པའི་ལོ་འདི་དག་ཏུ་མན་རྒྱུ་སྐད་ཡིག་ནི་དུས་ལུན་གྲུབ་གྲུབ་ནང་མེད་པར་འགྱུར་ཉིན་འདུག་ཅེས་མན་  
 རྒྱུ་རིག་པ་མཁས་ཅན་ཁ་ལ་ཅེས་ཉིན་འཛོད་བྱས་འདུག བོད་རིགས་ལ་མཆོན་ན་མི་རིགས་ཉམས་འགྱུར་  
 འབྱུང་བཞིན་ཡོད་དེ། མཆོ་སྟོན་གྱི་མཆོ་ཤར་ས་ཁུལ་དུ་བོད་མིང་བཏགས་ཀྱང་བོད་སྐད་མི་ཤེས་པ་རིམ་གྱིས་ཉི་ཟླ་  
 རི་བོའི་མན་ཆད་དུ་ནད་ཡམས་བཞིན་མཆེད་ཡོད་ལ། དར་མདོའི་ཉི་འཁོར་གྱི་བོད་མི་ལ་རྒྱ་མིང་བཏགས་ཉི་བོད་  
 སྐད་མི་ཤེས་པ་སོགས་མི་རིགས་གཞན་དང་ཐག་ཉི་སའི་བོད་མིས་རང་གི་སྐད་དང་ཡིག་མི་ཤེས་པ་ནས་བསམ་སྒྲོན་དང་  
 གོ་མས་གཤེས་འགྱུར་བཞིན་ཡོད་ལ། འདི་ལྟར་སྤྱི་མཐུན་ཆོས་གསུམ་སྐད་རིགས་མ་མཐུན་ན་པན་ཚུན་འབྲེལ་  
 འདྲིས་ཉམས་ཉི་མི་རིགས་ཅ་འཐོར་དུ་འགྱུར་རྒྱ་རེད། དེའི་ཕྱིར་ད་ལྟར་ཆོས་དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་པའི་ཐབས་ལ་འབད་  
 དགོས་པའི་དུས་སྐབས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་སླེབས་འདུག

སྤྱི་མི་སེར་སྤེལ་ལུ་ལུ་ལུ་རིང་ལུང་བའི་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས། བཅན་འཇུག་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་  
 ཀྱི་དབང་བསྐྱར་ནས་རིམ་བཞིན་མེད་པར་འགྱུར་བ་མ་གཏོགས། ཉར་གི་སྤྱི་དུས་མི་རིགས་འདྲ་མཉམ། སྐད་  
 ཡིག་འདྲ་མཉམ། མི་རིགས་ས་ཁོངས་རང་སྤྱི་གི་སྤྱི་དུས་འོག་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་འཛིན་སྒྲུབ་མིན་མི་རིགས་  
 རང་རང་ལ་རག་ལས་ཡོད། བོད་སྤེལ་བྱར་འཐོར་བ་ནས་བཟུང་སྤྱི་བྱུང་དུ་རྒྱས་པ་ཤོར་བའི་ཚུལ་དེ་ཉར་སྤྱི་བཟང་  
 པོའི་གོ་སྐབས་འདིར་རྒྱ་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་སྐད་དང་ཡིག་མེད་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱིས་གཏན་ལ་པབས་ནས། དེ་འདྲའི་  
 དཔེ་དེབ་དང་སྒྲིབ་གསོ་དེལ་བསྐྱགས་སོགས་ཀྱི་ཐད་ནས་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱིས་ཆད་ལུན་ལག་ལེན་བྱུང་སྤེལ་དུ་གཏོང་  
 བཞིན་ཡོད་པ་བཞིན་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ལ་འང་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཁེད་བང་འདྲ་མཉམ་རེད། མི་ལ་ལས་བོད་ཀྱི་  
 སྐད་ཡིག་བཀོལ་སྤྱོད་དམ་འཛིན་བྱེད་རྒྱུ་ནི་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་བྱ་བ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཆོས་ནོར་འབྲུལ་  
 གྱི་ལྟ་བཞིག་སྟེ། འདི་ནི་བོད་མི་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་ཁོ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་རང་རྒྱལ་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱང་ཡིན་པས།  
 རྟོན་འདི་ས་གནས་སོ་སོའི་མི་རིགས་སྐད་ཡིག་བྱ་བའི་གཞུང་ལས་ཁང་དང་ཡིག་བསྐྱར་ཁང་། བོད་སྐད་ཡིག་འབྲུས་  
 ཆོག་ས། བོད་ཡིག་བཟང་ཆད་ཆད་ལུན་དུ་བསྐྱར་བའི་ཡུ་ཡོན་ལྟན་ཆོག་ས། བོད་སྐད་ཡིག་ཁྲིད་དཔྱད་སྟེ་ཁག་  
 བཅས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་སྤར་ལས་ལྟག་པར་འགན་ཁུར་སྟེ་ལག་ལེན་མཐའ་འཁྱོལ་ཡོང་བ་བྱེད་

དགོས། ད་ལྟ་བུ་གསར་ཤིང་གི་བྱ་དཔེ་ལྟར་བཟུང་འདྲ་བར་བོད་སྐད་ཡིག་ལྟར་ནས་ཡར་རྒྱས་སོང་ཡོད་ལ།  
ཐུས་སྲུག་ལྟེ་རྟེན་གྱི་བྱ་དཔེ་ལྟར་བཟུང་ནས་ཡར་རྒྱས་འགོ་བཙུག་ལ། བཅའ་ཡང་ད་ལྟེ་གནས་ཚད་དུ་ཕྱིན་ཐབས་མེད་  
པ་ཆོས་ཉིད་རེད། རང་རྒྱལ་གྱིས་སྐད་ཡིག་མེད་པའི་མི་རིགས་ལ་མཐོང་ཆེན་གྱིས་སྐད་ཡིག་གསར་བཅོམ་བྱེད་ན།  
མི་རིགས་གང་ཡིན་དུང་ཡིག་ཡོད་པའི་མི་རིགས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རིམ་ནང་སྤྱི་སྐད་ལ་འཕྲུར་བ་དང་ཆོད་ལྟ་  
གཏན་འབེབས་བཀོལ་སྤྱོད་སོགས། འཕེལ་འཕྲུར་དང་བཟུན་ནས་འཕྲུར་བ་གཏོང་དགོས་པ་དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་  
ཡར་བྱེད་དང་བཀའ་ཁྲིལ་མི་དགོས་པར་མི་རིགས་གང་ཡིན་དུང་རང་རང་གི་དགོས་པ་དང་བཟུན་དགོས་པ་འདྲ་མཉམ་  
རེད་སྟེ།

### སྤྱི་སྐད་ཇི་ལྟར་གཏན་ལ་འབེབ་དགོས་པ།

སྐད་ཆ་ཡོད་པ་ནས་རང་རེ་ལ་ཕལ་སྐད་ཡོད་ལ། བཀས་བཅད་དང་པོའི་སྐབས་སྐད་དང་སྒྲ་གདངས་ཚང་མ་  
གཅིག་འཕྲུར་བྱས་པ་མ་ཟད། ཡིག་སྐད་ལ་བཟུན་ཏེ་སྐད་དང་ཡིག་ཉི་ཁྱད་པར་མེད་པའི་སྤྱི་སྐད་ཡོད་  
པར་ཕྱར་ཞིང་སྐབས་དེའི་ཆོས་ཁ་གསུམ་མཁས་དབང་དག་གི་བཅུ་མས་ཆོས་ལའང་བྱ་དཔེ་པར་མེད་པ་གཅིག་འཕྲུར་  
བྱུང་འདུག བོད་སྐད་བྱུར་འཐོར་བ་ནས་བཟུང་གསར་བཅད་བྱེད་མཁན་མ་བྱུང་བས་ཡིག་སྐད་ལ་མ་བཟུན་པས་  
རིམ་བཞིན་སྐད་དང་ཡིག་ཉི་བར་ཐག་རྒྱ་རིང་དུ་སོང་སྟེ་ད་ལྟེ་སྐད་དང་ཡིག་ཉི་ཁྱད་པར་འདི་བྱུང་བ་མ་ཟད་ཡུལ་  
སྐད་མི་འདྲ་བས་སྒྲ་གདངས་ཀྱང་ཐ་དད་དུ་ཕྱུར་པ་རེད། སྐད་ཡིག་གཉིས་ལ་ཉེ་བཅའ་དེ་ལྟར་བྱུང་དོན་གཅིག་ནས་  
ཐུས་སྲུག་གསར་བཅད་མ་བྱུང་བས་ཡིན་མོད། གཉིས་ནས་མི་དམངས་ཀྱི་ཡོན་ཚད་དམའ་བར་གཤམ་ཡོད། དེར་  
དུས་སྲུག་སྐད་འདི་སྤྱི་སྐད་དུ་བཀོལ་དགོས་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་། ཡིག་རྩིས་པ་དེ་བོད་ཁྲུལ་གང་དུ་བྱིར་ཡང་གོ་  
ཐུབ་པར་ཡོན་ཏན་ཅན་དང་ཡིག་ཤེས་མཁན་ལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། མི་ཕལ་བ་དང་ཡིག་ཤེས་པས་མི་གོ་བའི་སྐད་  
དང་ཡིག་ཉི་ཁྱད་པར་བྱུང་ཡོད། སྤྱིར་ཡིག་ཉི་ཁྱད་ནུས་སྐད་ཆས་མཆོན་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པས་སྐད་ཀྱི་འཕེལ་འཕྲུར་དང་  
བཟུན་ནས་འཕྲུར་བ་གཏོང་དགོས་པ་ལས་སྐད་ཀྱིས་ཡིག་རྩིས་བཟུན་དགོས་ན་ནམ་ཡང་ཡིག་ཉི་བཀག་རྒྱ་ལས་འདྲའ་མི་  
ཐུབ། གཉིས་ནས་ཡིག་ལྟར་ལྟར་གནས་པས་སྤོང་གི་བོད་སྐད་ཡིན་ལ། སྐད་ལ་འཕྲུར་བ་ཐེབས་པས་སྤང་དང་ད་  
ལྟེ་སྐད་ཀྱི་བྱུང་པར་བྱུང་། དེར་མ་ཟད་ཆོས་ཁ་གསུམ་གྱི་སྒྲ་གདངས་མི་འདྲ་བས་སྤྱི་སྐད་ལ་སྤྱི་བྱུང་གི་སྒྲ་གདངས་  
མེད་ན་བརྗོད་ཚུལ་སྒྲ་གདངས་བྱུང་པར་གྱིས་པན་ཚུན་བརྗོད་འཕྲོད་དཀའ་བ་རེད། དེས་ན་རག་ཐོག་གི་སྤྱི་སྐད་མེད་  
པ་ལས་ཡིག་ཐོག་སྤྱི་སྐད་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་མི་པན་པར་སྤྱི་སྐད་གསར་བཅོམ་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་ཀྱང་དེར་ཐུག་ཡོད་ལ།  
དེ་མིན་རྒྱ་རིགས་ཀྱི་བྱིས་པ་སྤྱོད་རྒྱུ་ལོ་རིམ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པར་སྤྱིར་བཏང་གི་ཆོས་ཡིག་བྱུང་དུ་ཅམ་འབྲི་ཐུབ་  
ཅིང་། བོད་ལ་སྐད་དང་ཡིག་ཉི་ཁྱད་ཆེ་བའི་དབང་གིས་ལོ་རིམ་ལྟ་པ་མ་ཟད་དམའ་འབྲིང་ལའང་དཀའ་ལ།  
བོད་ཡིག་ཆེད་མཁས་དག་ལ་ཡིག་སྐད་སྒྲ་རྒྱུར་དཀའ་བ་ཡང་བྱུང་པར་དེའི་རྒྱུ་གྱིས་རེད། སྤྱིར་བཏང་ད་ལྟེ་མི་  
ཞིག་ལ་མཆོན་ན་ཡིག་སྐད་སྤྱོད་རྒྱ་དང་ཁ་སྐད་སྤྱོད་རྒྱ་གཉིས་གང་སྤྱོད་ཐད་བསམ་སྤྱོད་བཏང་ན་ཁ་སྐད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
གནད་དེང་སྐད་ཀྱི་བྱུང་པར་ཡོད་པས་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་སྤྱི་སྐད་གཏན་འབེབ་བྱེད་པ་ལ་ད་ལྟེ་ཡུལ་སྐད་ཅིག་གི་སྤྱི་  
གདངས་གཞིར་བཞག་བྱས་ན་དགོ་མཆོད་ཆེ་བར་སེམས། སྤྱི་སྐད་ཇི་ལྟར་གཏན་ལ་འབེབ་དགོས་པའི་ཐད་ཁ་ཅིག་

གིས་ཡིག་སྐད་འདི་བཀོལ་དགོས་པ་དང་། ལ་ལས་འབྲེལ་འདྲིས་ཀྱི་ཁྲོད་སྤྱི་སྐད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འདོད་པ།  
འགའ་ཞིག་གིས་ཨ་མདོའི་འབྲོག་སྐད་སྤྱི་སྐད་ལ་མཐུན་ཚུལ་དང་། ཕལ་ཆེ་བས་ལྟ་སའི་སྐད་གཞིར་བཞག་བྱེད་  
དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་བྱུང་། ཡིག་སྐད་འདི་སྤྱི་སྐད་དུ་བཀོལ་རྒྱུར་ཐད་དཀའ་ཁག་མི་  
དམན་པ་ཡོད་པ་གོང་དུ་རགས་ཅམ་བཞིན་བྲིན་ལ། སྤྱི་སྐད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་དང་སྐད་ཡིག་མེད་པར་འབྱུང་བ་  
ནི་རང་རེའི་དོགས་སྒྲུང་བྱ་ཡུལ་དུ་བྱུར་ཡོད། ཆོས་ཁ་གསུམ་རང་རང་སྐད་ཀྱི་ཁྲོད་ཆོས་བཞིན་ན་སོ་སོལ་ལེགས་ཆ་  
མེད་མན་པ་ཡོད་པ་སྤྱོད་མ་དགོས་ལ་སྤྱི་སྐད་གཅིག་འབྱུར་ཡོང་རྒྱུར་ཆངས་ཐིག་ཏུ་བྱས་སྟེ་བཞིན་ན། མདོ་དབྱུས་  
ཁམས་གསུམ་ཅམ་དུ་མ་བཟང་འབྲུག་འབྲས་སྤྲོངས་ལ་དུགས་སོགས་རྒྱལ་ཕྱི་ནང་གི་བོད་ཡིག་བཀོལ་མཁན་ཆང་མ་ལ་  
བསམ་གཞིགས་བྱེད་དེ་སྐད་ཀྱི་ཁྱབ་ཆེ་ཞིང་སྔོན་སྔོན་གྱི་ཁྲོད་ཆོས་ལྡན་པ་སྤྱི་སྐད་དུ་བཞག་ན་ལེགས་སྟེ། དེས་ན་  
ལྟ་སའི་སྐད་ཀྱི་གདངས་གཞི་དེ་བོད་སྤྱི་སྐད་དུ་བཀོལ་ན་དགོ་མཆོད་ཆེ་བར་མཐོང་སྟེ། གནའ་དེང་གཉིས་སུ་སྤྱི་  
འབྱོར་རིག་གསུམ་གྱི་ཉེ་བ་ལྟ་ས་ཡིན་པ་མ་བཟང་སྐད་དེར་བསྐྱུན་ནས་གསར་བཅད་རིམ་པ་གསུམ་བྱས་ཤིང་ལག་ལེན་དུ་  
འཁྱོལ། དེ་ལས་བྱིས་སུ་ཁམས་ནས་ཨ་མདོའི་བར་འབྱུར་བ་ཐེ་ཆེར་བྱིན་སྟེ། ཡུལ་གྱིས་བསྐལ་བས་ད་ལྟའི་བར་  
མདོ་ཁམས་སུ་སྐད་གསར་བཅད་རིམ་པ་གསུམ་པའི་སྐབས་ལག་བསྟར་མ་བྱུང་བར་བརྟེན་ཁ་ཅིག་མཆིས་ལ། སྒྲ་  
གདངས་ཀྱི་ཆ་ནས་དབྱུས་གཅོད་གི་གདངས་འཇམ་པ་དང་ཨ་མདོ་དྲག་པ་ཁམས་པ་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱི་རན་པ་དུ་བྱུར་  
འདུག སྤྱིར་ལྟ་སའི་སྐད་ལ་རྒྱ་དང་མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཁྱགས་པ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་བྱིས་  
སུ་སྐད་གསར་བཅད་མ་བྱུང་བས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་འབྱོར་རིག་གསུམ་གྱི་ཉེ་བ་ལྟ་ས་ཡིན་པས་འགྲིམ་འབྲུལ་དབང་གིས་ལྟ་  
པར་དུ་འཕེལ་འབྱུར་བྱིན་ཞིང་། སྤྱི་ཆ་ནས་སྒྲ་ཡང་ལ་བཞིན་བདེ་བ། རྩ་སྟན་ཞིང་གུས་ཆོག་མང་བ། དུས་  
ཡུན་བྱང་དུར་སྐད་ཆ་མང་པོ་བཞིན་བྱུང་བའི་སྔོན་སྔོན་གྱི་ཁྲོད་ཆོས་ལྡན་ཤོས་ཡིན་ལ། བཀོལ་སྤྱོད་དང་ཁྱབ་ཆེ་རྒྱ་  
གི་ཐད་དབྱུས་གཅོད་ཅམ་དུ་མ་བཟང་། དེང་དུས་སུ་གནས་མཇལ་བ་དང་ཆོང་བ། འགྲིམ་འབྲུལ་བ་སོགས་ཀྱིས་  
ཁྱབ་ཆེ་དུ་བྱིན་སྟེ་རྒྱལ་ནང་གཅིག་ཤུ་མ་ཡིན་པར་བྱིར་སྤྱོད་བོད་མའི་སྤྱི་སྐད་ལྟར་བྱུར་པས་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་གྱི་  
གངས་འབོར་དེ་སྤྱི་ཁྱབ་དུ་སྤྱོད་རྒྱུར་བྱུར་བས་འབྲེལ་བ་ཏུ་ཅང་ཆེ་ལ། ཁྱབ་རྒྱ་བའི་ཡུལ་སྐད་ཉེ་བྲག་པ་སྤྱི་སྐད་དུ་  
བཀོལ་དགོས་ན་ཕལ་ཆེ་བས་གསར་དུ་སྤྱོད་དགོས་པས་དུས་ཡུན་རིང་པོར་ལྟ་གཏུག་འཕེལ་མི་དམན་པར་འཕྱང་  
སྤོ། ལྟ་སའི་སྐད་དེ་ཡིག་སྐད་དང་མཐུན་ཆེ་བས་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་ཁྱབ་ཆེ་བ་དང་། སྐབས་འདིར་སྒྲ་གདངས་  
ཀྱི་ལེགས་ཆ་དེ་སྤྱི་སྐད་ཀྱི་གདངས་གཞི་བྱས་སྟེ་བརྟེན་དང་བ་སྐད་སྤྱི་སྐད་ལ་མི་མཐུན་པའི་གྲང་སྐད་ཀྱི་ཆ་དོར་ཉེ་བྱན་  
མང་གིས་སྤྱོད་དུང་བའི་མིང་བརྟེན་ཁགས་བདང་སྟབས་བདེར་བཀོལ་སྤྱོད་བཀའ་ཉན་འབབ་བྱས་སྟེ། གཙོ་བོ་ཡིག་ས་  
སྐད་དེ་ལ་བསྐྱུན་ནས་སྐད་དང་ཡིག་འཁྲུང་པར་མེད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས།

སྤྱིར་སྐད་སྔོན་སྔོན་དང་གོང་འཕེལ་གྱི་ཚུགས་སུ་བྱིན་པའི་མཆོད་ཉགས་ནི་བཞིན་བདེ་བ་དང་སྒྲ་ཡང་བསུས་  
ཁམས་ལ་མི་གཞིན་པ། ཆོག་བསྐྱས་ཤིང་སྟབས་བདེས་དོན་སྟོན་ནུས་པ། སྐད་དང་ཡིག་འཁྲུང་པར་མེད་པ་ཡིན་  
ཕྱིར་མི་རིགས་ཀྱི་དེའི་ཚུགས་སུ་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་ན་རང་རེས་ཀྱང་ཚུགས་དེར་འབད་པ་བྱེད་འོས། ད་ལྟར་བྱིར་  
སྤྱོད་བོད་མིས་དབྱུས་གཅོད་གི་ཁ་སྐད་གཞིར་བཞག་སྟེ་ཁགས་པ་གོ་བདེ་ཆོག་ལྱང་དོན་བསྐྱས་ཀྱི་ཡིག་ཡང་འབྲི་སྟོལ་  
འདུག་པ་དེ་ཁོང་ན་ཁམས་ཀྱིས་དབྱིན་རི་དང་འཕགས་ཡུལ་གྱི་རྩོད་སོགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལྟར་སྐད་དང་ཡིག་འཁྲུང་པར་



མེད་པའི་ལེགས་ཆ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་ང་ཚོས་ཀྱང་སྤྱི་སྐད་ཀྱི་དཔེ་གཞི་ཞིག་རྒྱུ་ལོས་སྒྲམ།

སྤྱི་སྐད་ཀྱི་པ་པའི་མི་རིགས་གཞན་ལ་བཏུས་ཆེད་ནི་ལས་སྒྲུབ་མིན་པར་བྱ་རྒྱུ་ལོས་སྐད་རིགས་ཆེ་བ་གསུམ་ལ་  
ལོ་ངོ་བརྒྱ་དྲུག་བཅུ་ལྔ་ལྷན་སྤྱོད་བཏང་གི་གཅིག་འཁྱུར་ཙམ་དུ་ཆགས། རྒྱ་རིགས་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་ཆེ་ཤོས་བདུན་དེ་  
བཅེངས་སྟོན་ཆེས་ནས་ད་བར་དུ་སྤྱི་སྐད་ཀྱི་སྟོན་པ་པར་བྱུང་འདུག ང་ཚོས་གཞན་གྱི་ཉམས་སྦྱང་ལ་བཏུས་  
ཆེ་ལྷག་པར་དུ་གངས་ཀྱང་མི་རིགས་ཤིག་ལ་མི་ཤུགས་དང་དངོས་ཤུགས། རྩལ་ཡུན་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྒྱབ་བརྟེན་  
གང་ནས་ཀྱང་ལས་སྒྲུབ་མིན་པ་མཐོང་བྱུང། ཡང་ཡུལ་སྐད་དམ་གཞི་གང་ས་གང་ཞིག་སྤྱི་སྐད་བཀོལ་དགོས་པའི་  
ཐད་དུས་ཡུན་རིང་པོར་ལྟ་བུ་མེད་ཐུག་པ་མང་པོ་འབྱུང་གི། རང་རྒྱལ་གྱི་སྐད་རིགས་ལ་མཚོན་ན། ཁོ་ཚོའི་སྤྱི་  
སྐད་ཀྱི་གཞི་གང་ས་དེ་ཡུལ་སྐད་གང་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་རྒྱུའི་ཐད་ཡུན་རིང་ལ་མ་ཐུག་པར་ཚིན་སྤྱོད་བྱུང།  
མཐར་མཇུག་ལོ་ལྔ་ལྷན་ཞིང་ཆེན་བརྒྱུད་ཀྱི་སྐད་པོའི་སྐད་ཡིག་ལས་དོན་ལྟ་ཡོན་ལྟན་ཚོགས་ཀྱིས་གོས་ཞིབ་བྱས་མཐར་ཆ་  
ཉར་ལུ་སྤྱི་སྐད་ཀྱི་གཞི་གང་ས་སྐད་ཀྱི་ཆོད་གཞིར་བཟུང་འདུག དེ་ནི་སྤྱི་འབྱོར་རིག་གསུམ་གྱི་ཉེ་བ་ཡིན་པས་  
རྒྱ་རིགས་དང་སྐད་པོ་གཉིས་ཀ་འདྲ་བར་ཡུལ་དབྱུངས་ཀྱི་སྐད་ལ་བསྒྱུར་ཞིང་། གལ་ཏེ་རྒྱལ་ས་གནས་སྤྱོད་གོས་ཆེ་སྤྱི་  
སྐད་ཀྱང་འཁྱུར་བ་བཏང་འདུག དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་རྒྱམས་ཀྱིས་ལྟ་སའི་སྐད་གང་ས་གཞིར་བཞག་སྟེ་རྒྱ་  
རིགས་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་ཁབ་སྟེ་ཉམས་སྦྱང་ལྟར་བྱས་པའི་དུས་ཡིག་སྤྱོད་སྟེ་གནས་བཟུང་སྟེ་གང་ས་དང་སྤྱི་སྐད་ལ་གོམས་  
འདྲིས་ཡོད་པར་བྱེད་ཅིང་། སྤྱོད་སྟེ་ཆེ་འབྱོར་ཆུང་གསུམ་གྱི་དགོ་ཐོན་ལ་སྤྱི་སྐད་ཟབ་སྤྱོད་འཛིན་སྟེ་བཅུགས་ཤིང་སྤྱི་  
སྐད་བཀོལ་བ་དང་། དུས་མཚུངས་སུ་རྒྱ་རྒྱུག་བརྟེན་འཕྲིན་ཚོགས་པར་དུས་དེབ་རྒྱམས་ལས་བཀོལ་སྤྱོད་དང་  
ཁབ་བསྒྲགས་བྱེད་པ་མ་ཟད། དེ་དག་གི་མིང་བརྒྱ་ཐ་སྐད་འཁྱུར་ཡིག་བཅས་ལའང་གཅིག་འཁྱུར་ཆོད་ལྟན་གཏན་  
འཁེལ་བྱས་ན་མི་རིང་བར་སྤྱི་སྐད་ལེགས་འབྱུང་འབྱུང་ངེས་རེད། དེ་ལྟར་རང་རེ་ལ་སྤྱི་སྐད་ནི་སྤྱི་སྐད་ཉམས་གསོ་  
དང་། བཀོལ་སྤྱོད། རྒྱུད་འཛིན་རང་སྐད་ལ་བརྟེན་པས་གོ་བརྒྱུད་པ་བཅས་གང་ལའང་མེད་དུ་མི་རུང་ཞིང་།  
དེར་དུས་ལྷག་པར་གལ་ཆེ་བར་མཐོང་བས། ལྷག་བསམ་བཟང་པོས་རང་སྤྱོད་གང་དཔོག་འབྲི་བའི་ཁྲལ་བྱས་ཀྱང་།  
མཚོགས་ལོག་རྟོགས། བེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱ་ལས་ནམ་ཡང་ཐར་དུ་མེད་པས་གཟུར་གནས་མཁྱེན་ལྟན་རྒྱམས་ཀྱིས་སྤྱོད་  
བརྒྱུད་ཡོད་བསྐྱང་གང་ལེགས་མཛད་པར་བྱགས་རྗེ་ཆེ་ལྟོལ།

# བོད་སྐད་སྐྱོ་མཐུན་དང་ཐ་སྐྱོ་ཁ་སྐྱོ་བཟོ་བའི་ཐབས་ཤིག

བཅའ་ཁྲུན་གྱི་དཔེ་སྟེང་། (ཁམས་སྐྱོ་ཀྱི་ཐུགས་སྒྲུབ་)

གཅིག་ བོད་སྐད་སྐྱོ་མཐུན་དང་ཐ་སྐྱོ་ཁ་སྐྱོ་དགོས་པའི་གལ་གནད་ལ་བསྐྱར་ཞུ་དགོས་དོན་མི་འདུག་  
པས་ད་ནི་རང་རེ་ནམས་ཀྱིས་ཐབས་ལམ་སྒྲུ་ཆོག་ཀྱི་སྒྲུ་ནས་འབད་པ་བྱ་བ་ལ། མཐུ་པ་པོ་དང་། ལོ་རྒྱུ་བ།  
དཔེ་སྐྱོ་ལས་ཁྲུང་སྐྱོ་ རུས་དེབ་དང་ཆོག་པས་ཐ་སྐྱོ་སྐྱོང་བ་སྐྱོ་ལ་ཞུ་བ་འདི་ཡོད་དེ། བྱིད་ནམས་ཀྱིས་  
དཔར་དུ་འདེབས་ཆུ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་སྐྱོ་མཐུ་པ་པོ་རང་རང་གིས་སྐྱོ་དེའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ཐ་སྐྱོ་གསར་པ་ཡོད་ཆད་ལ་  
རང་སྐྱོ་དང་འཆམ་པའི་འགྲེལ་བཤད་ལས་པོ་མཛད་ནས་གཤམ་མཆན་དང་གྲག་མཆན་བཏབ་ཀྱང་ཆོག་མོད།  
སྐྱོ་ལོག་སོ་སོའི་མཐུག་དུ་བསྐྱོ་གསར་ཐ་སྐྱོ་གསར་པ་འཆོལ་བའམ་གྱི་བཞེན་པར་སྐྱོ་ཐབས་ཤིག་དུ་བདེ། དེ་སྐྱོར་  
མིན་ན་ཆོག་མཛད་དག་ཡིག་སྐྱོ་མཐུན་དང་སྐྱོ་མཐུན་གྱི་དུས་ཚོད་རྒྱུ་མོས་སུ་འགྲོ་བ་མ་ཟད་སྐྱོ་དེ་གྱི་བཞེན་  
པར་དགའ་ངལ་ཆེན་པོ་འདུག་ རྒྱག་པར་ཉེ་བའི་ལོ་འགྲིའི་རིང་དུ་བྱུང་བའི་ཐ་སྐྱོ་གསར་པ་མང་ཤོས་ཤིག་མིང་དུ་  
མང་སོང་བར་འགྲེལ་བཤད་དུ་སོང་འདུག་པ་ནི་མིང་བསྐྱོ་སྐྱོ་གསར་པ་འམ་གསར་དུ་བཏགས་ན་གྱི་ཡོ་ཡོང་སྐྱོ་ལྟེ་རྒྱུ་  
ཀྱུ་བྱི་ཡིག་ཆོག་པས་མང་དུ་བཏང་བས་ལན། གལ་ཏེ་མཆན་གསར་པོ་བཏབ་ཡོད་ན་ངག་དུ་བཞུགས་མི་བདེ་བ་དང་  
ཡིག་ཚུ་བའི་ཅམ་དགོས་དོན་ཅི་ཡོད། འཕྱར་ཡིན་ན་མ་ཡིག་གི་ཐ་སྐྱོ་དངོས་ལྷན་ལེགས། དེ་བཞིན་དུ་ཐ་  
སྐྱོ་རྒྱུ་པ་ནམས་ཀྱང་དག་ཡིག་ཆེ་ཁག་དུ་མ་འཁོད་པ་དང་ཡོངས་གྲགས་དེ་ཅམ་མིན་ན་དཔེ་རྒྱུ་གང་ནས་དུངས་པ་  
དང་གོ་དོན་ཅི་ཡིན་གྱི་གསལ་ཁད་གོས།

གཉིས། ཡིག་ཐོག་གི་ཐ་སྐྱོ་ཡོད་བཞིན་དུ་པལ་སྐྱོ་ཉེ་ཆོ་བ་ལྷན་ན་ཡིག་ཚུ་བཆེ་བ་དང་སྐྱོ་སྐྱོ་བསྐྱོ་པའི་  
རྒྱལ་ས་མེད་ཀྱང་། བོད་སྐད་སྐྱོ་མཐུན་བཟོ་བ་དང་སྐྱོ་སྐྱོ་མཐུ་རེ་ཆོག་སྐྱོ་གཏོང་བ་སྐྱོ་ལ་ཐ་སྐྱོ་གསར་པ་འང་  
གང་མང་ཞིག་ཁ་སྐྱོ་དགོས་ན། དེ་ལ་དོན་སྐྱོར་དང་ཐད་སྐྱོར། རྒྱུ་མཐུ་བ་དང་འདོད་རྒྱལ་སྐྱོ་གསར་པ་ལ་གང་  
འོས་དགོས་པ་ལས། དོན་སྐྱོར་པའི་རུས་པ་ཆ་ཆད་ཡོད་ཅིང་ངག་དུ་བཞུགས་བདེ་བའི་ཁ་སྐྱོ་གྱི་ཐ་སྐྱོ་ཡོད་བཞིན་  
དུ་གསར་བཞིག་བཟོ་བའི་དགོས་པ་སྐྱོ་པོ་ཅི་ཡོད། དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཁ་སྐྱོ་གསར་པ་གྱི་སྐྱོ་མཐུ་བཏོན་ནས་ཐ་  
སྐྱོ་ལེགས་པོ་ཞིག་བཏགས་པ་དང་ཁ་སྐྱོ་གསར་པ་སྐྱོ་ལས་ཐ་སྐྱོ་ལེགས་པོ་ཞིག་སྐྱོངས་པ་གཉིས་ཀྱི་དོན་གནད་ལ་  
སྐྱོ་བ་གཅིག་མཆོངས་ཡིན་ན་ཡུལ་གཞན་གྱི་མཁས་བློན་སྐྱོ་སྐྱོ་ལྱང་ཁྱུང་མེད། དེ་ལས་གསར་དུ་བཏགས་

པའི་ཐ་སྐད་དེ་བོད་སྐད་སྒྲིབ་ཆོང་མས་གསར་དུ་གོ་བ་སྒྲིབ་གོས་ལ་དེ་ཡང་ཡིག་ཤེས་མཁན་ལས་ཡིག་མི་ཤེས་མཁན་ལ་  
 རིམ་གྱིས་བརྒྱུད་དགོས། ཁ་སྐད་ལས་བྲངས་པ་དེ་ཡུལ་དེའི་ཚྭ་གསུམ་གྱི་ཡིག་ཤེས་མིན་གཉིས་ཀར་འགྲེལ་བཤད་  
 སྐབས་ཅི་ཡང་མི་དགོས་པར་གོ་བ་དྲགས་པ་ཕོར་འཕྲོད་བྱུང་བས་ཡིག་སྐད་དང་ཁ་སྐད་ཀྱི་ཁྱད་པར་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་ལ་སློབ་  
 པའི་དུས་ཚོད་སྐབས་འགྲོ་གོ་ན་མང་པོ་སྤྲོ་ཞིང་བྱུང་སྟེ། ད་དུང་དོན་གཞན་ཞིག་ཡོད་དེ། ཡིག་ཐོག་ཏུ་མ་ལོང་ད་  
 པའི་ཐ་སྐད་གང་ཞིག་རང་གི་པ་ཡུལ་ནས་མ་གཏོགས་ཡུལ་གཞན་ནས་གོ་རྒྱུ་མ་རེད་སྟེ། མཆོད་བྱུངས་  
 གཅིག་ཡིན་པས་ཡུལ་གཞན་ནས་ཀྱང་ཐ་སྐད་དེ་དེ་བཞིན་མི་སྒྲིབ་པའི་ངེས་པ་མེད་ཅིང་སྤྱི་མཐུན་གྱི་ཐ་སྐད་དི་ཚམ་མང་  
 བ་བྱུང་དེ་ཚམ་ཤེས་པ་ལོས་ཡིན། ཆོང་མས་གོ་དགོས་པའི་གཏམ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡིག་སྐད་དུ་སྒྲིབ་ཅི་བྱུང་བྱེད་པ་དང་།  
 ཀྱུ་རེ་དང་བྱུར་བ་སྐབས་ཆོག་གནད་དུ་སྒྲིབ་པོ་འགའ་བཤད་པའི་ཆོས་སྤེལ་པ་སྐད་སྒྲིབ་པ་ལ་བསམས་ན་མཁས་སྒྲིབ་  
 ཆོང་མས་སྤྱི་མཐུན་གྱི་སྐད་དགོས་ལ་ཡིག་སྐད་དང་ཁ་སྐད་བར་དི་ཚམ་ཉེ་ན་དེ་ཚམ་ལེགས་པའི་གནད་ཀ་ལོས་ཤེས།  
 འོན་ཀྱང་ཡིག་ཐོག་ཏུ་འཕོད་པ་ཞིག་ཡོད་ཕྱིན་ཆད་ཀྱི་ཐ་སྐད་དེ་ཁ་སྐད་ཀྱིས་ཆབ་དང་གདམ་ང་མི་བྱ། དེ་ལྟ་བུའི་  
 ཡིག་ཐོག་ཏུ་མ་ལོང་པ་འཇད་ག་ཡིག་ཏུ་མ་རྒྱུད་པའི་ཡུལ་སྐད་ན་མས་ཐོག་མར་ཚོམ་དཀྱུས་སུ་མ་བསྐྱེས་པར་སྤྱོད་གས་  
 བསྐྱེས་ཀྱི་དེ་བ་སྤྱི་པ་འཇམ་ཐོར་བྱ་ན་མས་ཡུལ་གང་ནས་ཡིན་པའི་གསལ་ཁ་དང་བཅས་དུས་དེ་བ་དང་ཆོགས་པར་ཁག་  
 ཏུ་བཀོད་ནས་བྱུར་དུ་བསགས། དེ་ལས་བྱུང་ཆེ་བའམ་གནད་དུ་སྒྲིབ་པའི་ཁ་སྐད་ཀྱི་ཐ་སྐད་ན་མས་བདམས་ནས་  
 དག་ཡིག་གམ་ཆོག་མཛོད་ཏུ་ཁ་སྒྲིབ་བྱེད་པ་དང་ཚོམ་དཀྱུས་སུ་བསྐྱེས་ན་པན་ཐོགས་ཆེ་བར་སེམས་སོ། །

### མཆན།

གཤམ་མཆན། ཚོམ་གཞུང་དཀྱུས་ཀྱི་ཙ་བ་དང་ཤོག་ངོས་ཀྱི་གཤམ་ཉེ་སྐད་དུ་བཏབ་པའི་མཆན་བྱུང་མ་  
 འགྲེལ་བཤད་གཉིས་ཀར་ཡང་གི་འཇམ་རྟགས་ཀྱིས་ཐོད་གཏུག་ཆོག་པ།  
 གྲུག་མཆན། ཚོམ་གཞུང་དཀྱུས་ཀྱི་ཙ་བའི་འཕྲོད་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འགྲེལ་བཤད་དམ་མཆན་བྱུང་བཏབ་པ་དེ་མགོ་  
 མཐུག་གཉིས་རྒྱུ་གྲུག་གིས་བསྐྱོར་བ།



དང་པོ། བྱིད་ཀྱིས་ཐུའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་འགའི་མཁས་པར་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་ཇེས། ཟུར་ཟུར་ཞོར་དུ་ཤུགས་ནས་  
རང་ཉིད་མཁས་པ་དེ་དག་གི་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་བཀོད་ཡོད་ཅོང་། ལུ་བ་བྱང་མི་རིགས་སྤྱོད་ཤུ་ཆེན་མོའི་མི་རིགས་སོ་བདུན་  
ཡས་མས་ཀྱི་བཞུར་ལམ་དེ་དུ། བྱིད་ཀྱིས་ཁས་འཆེས་བཞིན་དེང་གི་ན་གཞོན་རྟོགས་སང་པ་གཉིས་ཏེ། བྱིད་དང་  
བྱ་གཞུང་དབྱངས་རྟག་ཉིས་ཀྱིས་ཆོག་ཅོད་ཅམ་བྱས་ཇེས། ཤ་འཁོན་གྱི་མེ་ལྷེ་དག་ཏུ་མཆོད་དེ་ཕན་ཚུན་གྱི་སྤེལ་གྱི་  
འཛིག་རེས་བྱས་པ་དང་། ང་ཆོ་ཆང་མ་དག་འཁོར་པའི་“སྟན་ངག་གུར་འདོན་འདུ་ཆོགས་ལང་ཆོའི་ཐབ་ཚུ”ན་  
གཞོན་རྟོགས་སང་པ་སྟོར་ཞིག་སྟེ། བྱིད་ཆོས་ཁྱག་གི་ཐབ་ཚུའི་བཤམས་སྟོན་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར་བ་དེ་དབུ་ཆོ། སྟོ་བྱར་  
དུ་བྱིད་ལ་ཁོང་འདར་ཞིག་མི་རྒྱག་གམ། གཉིས་པ། བྱིད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཁབ་སོགས་དུང་ལ་ལད་སྒྲོས་གྱི་སྟོན་ནས།  
བོད་ཀྱིས་དཔེ་ཆ་རྟེན་གྱལ་དུ་བཞག་ནས་ཅིས་མཐོང་མེད་ཚུལ་བཤད་ཡོད། མི་རིགས་སོ་སོར་རང་རང་ལ་བྱུང་མོང་  
མ་ཡིན་པའི་བྱིད་ཆོས་ཤིག་ཡོད་དེ། དཔེ་ཆ་རྟེན་གྱལ་དུ་བཞག་ནས་བཀྱར་སྟེ་བྱེད་པ་བོད་ཀྱི་བྱུང་མིན་གྱི་བྱིད་ཆོས་  
ཡིན། བོད་ཀྱི་རྟེན་ལ་དབྱེ་ན་ཡོངས་གྲགས་ལ་སྤྱོད་གསུང་བྱུགས་ཀྱི་རྟེན་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་ལས། ཆེས་ཅིས་མཐོང་  
བྱེད་སའི་གཙོ་བོའི་གཙོ་བོ་དཔེ་ཆ་ཡིན།

གསུམ་པ།

མེ་ལྷེ་ལགས་ངོ་མ་དགོད་བྱོ་ལ། བྱིད་ནི་སྤྱག་བྱོ་བ་ལ་སྤྱག་མི་བྱོ། སྤྱག་མི་བྱོ་བ་ལ་སྤྱག་བྱོ་བའི་ཅི་འདུའི་  
སྤྱད་ལོག་ཅིག་རེད་ཡང་། མིའི་སྤེལ་གྱི་བཞག་སྟེ། འཛམ་བུ་གླིང་གི་མི་ཆང་མའི་མེམས་ནང་དུ་འཛིགས་ཡེ་རེ་  
གནས་པའི་བྱུང་ལ་དན་གྱི་རྒྱལ་ཁྱགས་འཛིན་པར་སྤྱག་མི་བྱོ། བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདི་བཤད་མ་དགོས། ཐུའི་རྒྱལ་ཁབ་  
ཀྱི་ཡུལ་གྱུ་ཁག་ཏུ་འདར་སྟན་པའི་གྲགས་པ་འཛིན་མའི་བྱོན་ལ་མི་ཤོང་བའི་ངེས་དོན་གྱི་མཁས་དབང་དམ་པ་རྟོ་སྤེས་ཤེས་  
རབ་རྒྱལ་ཆོ་དང་། ཡོངས་འཛིན་སྟོ་བཟང་དཔལ་ལྷན། རོར་ཞིག་དོང་དུ་གསྟེམས་སྟོ། རྟོང་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་ཆོ་  
སོགས་ཀྱི་གསུང་ལ་སྤྱག་བྱོ། ཀྱི་མ་གྱི་དུད། རྟོང་ཇེ། བྱིད་སྤྱོད་སམ་ཅིའི་ཕྱིར། ཆོད་པའི་སྐབས་ཕན་ཚུན་ལ་  
ཆོག་མཆོད་འདེབས་པ་འདི་ལ་རྟོང་སྤྱལ་གྱི་བྱིད་ཆོས་མངའ་བ་འདི། བྱིད་དང་བྱིད་ལྟ་བུའི་རྟོང་ས་པའི་སྟུན་རྟོང་  
མ་བྱུག་སན་དུ་གསུམ་གྱིས་སྤྱོད་པ་ཞིག་གིས་གཏན་ནས་རྟོགས་མི་སྟེ། མི་ཤེས་ན་མི་ཤེས་པའི་ཆོད་དེ་ལས་མི་  
འདུག་པར། ད་དུང་ཅིག་ཡིན་མདོག་གིས་“ཆོ་མ་འདི་ལྟ་བུ་བྱིས་པས་ཁོས་རང་གིས་སྟོན་ཆད་བྱིས་བྱིས་ཐམས་ཅད་  
རྒྱལ་བསྒྱུར་བ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པ་རེད”ཟེར། ཅི་འདུའི་བྱུན་བཤད་ཤས་མི་བཟོད་པ་ཞིག་རེད་ཡང་།

བྱིད་ཆོས་“སྟན་ངག་གུར་འདོན་འདུ་ཆོགས་ལང་ཆོའི་ཐབ་ཚུའི་སྟེང་དུ་ཁ་ནས་མཆོང་འབྱུ་བྱས་ཏེ་མི་གཞི་  
དམ་འཁབ་བ་དང་། ལག་ནས་དམར་འཛིངས་ཡང་བ་བྱས་པ་དེས། བྱིད་ཆོ་སྤྱོད་ཅལ་པ་དང་། ཆོ་མ་པ་པོ།  
སྟན་ངག་པ། ཆོ་མ་སྤྱིག་པ་ཐམས་ཀྱིས་སྟོན་བྱས་བྱ་བ་ཆེ་མ་རྒྱུང་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བསྒྱུར་སོང་བ་ཡི་རེད།

བཞི་བ། མེ་ལྷེ་ལགས། བྱིད་ཀྱིས་བཟོད་སྟོན་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་མི་གླིང་བར་ཞུ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
བྱིད་ཀྱིས་བཟོད་སྟོན་ཞེས་པའི་ཆོག་འདིའི་དོན་རྒྱུང་ཅམ་ཡང་ཤེས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

མེ་ལྷེ་ལགས། བྱིད་ཀྱིས་བསྒྱུར་སྒྲོས་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་མི་བཟོད་པར་ཞུ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བྱིད་ཀྱིས་  
ཞོགས་དུང་ལ་བསྒྱུར་སྒྲོས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ།

མི་རིགས་སྐད་ཡིག་གི་གནད་དོན་དང་ཡུལ་ཁྱིམ་སྤྱི་ཁྱེད་  
བརྒྱ་བ་མཆོག་གི་བཀའ་གསུང་བར་བྱི་འབྲེལ་  
བའི་སྐོར་གྱི་བརྒྱུ་གཞིགས་  
དམ་བའི་དགོངས་ཀྱི།

འགར་རང་འབར།(མེ་མོ)

——མི་རིགས་སྐད་ཡིག་དང་ཡུལ་སྤྱི་ཁྱེད་གོམས་གཤིས་སྐོར་གསལ་གནང་བའི་  
བསྐྱབ་བྱ་ལས་འཕྲོལ་ཏེ་རྒྱལ་ཚམ་གྱི་བ།

དེ་ཡང་གོ་ལ་རྒྱུ་ཤོ་འདི་ལྟར་དུ་འཆོ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་མི་རིགས་གང་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་གཙོ་པོ་རང་རང་གི་རིགས་  
རྒྱུད་དང་རིག་གནས། ཡུལ་སྤྱི་ཁྱེད་གོམས་གཤིས་སྐོར་གསལ་མཐོང་ཆེན་དང་བཅི་འཛོག་བཟང་བོ་བྱེད་དགོས། དེ་  
ལྟར་མ་བྱས་པར་རིགས་རྒྱུད་དང་རིག་གནས། ཡུལ་སྤྱི་ཁྱེད་གོམས་གཤིས་ཉམས་སྐྱོད་དུ་སྐྱོང་ཆེ་མི་རིགས་དེ་ཉམས་  
སྐྱོད་དུ་སྐྱོང་བ་ཡིན་པས་མི་རིགས་གང་ཡིན་ཡང་རང་རང་གི་སྐད་ཡིག་སྐོར་གསལ་རིག་གཞུང་དང་། ཡུལ་སྤྱི་ཁྱེད་གོམས་  
གཤིས་སྐོར་གསལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡང་སེམས་ཆེས་ཆེར་བྱ་རྒྱུ་ནི་མི་རིགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་  
ན། ཉེ་དུས་སྤྱོད་པའི་ཁྱེད་སྐད་ཡིག་རྒྱུ་ཆད་དེ་ས་ཆེན་པོ་འདི་ལྟར་ན་སྐད་ཡིག་དེ་ཤིས་མ་ཐོན་ཀྱང་པོ་ལོ་  
བརྒྱུད་ཅུ་ལྷག་དུ་སོན་པ་གཅིག་ལྟ་ཞིག་ལས་མ་ལྷག་པས་ལྷན་སྐད་ཡིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་ཀྱང་སྤྱོད་ཐབས་མ་བྱུང་  
བའི་དུ། དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོའི་ཡང་བཀའ་འཁུམས་སྤྱི་ལྟ་དང་། ཁ་བཤད་དོན་སྤྱོད་དུ་མ་སྐྱོང་བར་རང་མི་རིགས་  
ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐོར་གསལ་གདེང་འཛོག་གནང་ཏེ་རང་རང་གི་ལུས་ཆོད་ཀྱིས་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་གསུམ་བྱ་རྒྱུ་ནི་ཤིན་ཏུ་ནས་  
གལ་འགངས་ཆེ་བའི་གནད་དོན་ཞིག་རེད། ང་ཚོའི་མི་རིགས་ལ་ཆ་མཆོན་ན་རིག་གནས་ཀྱི་ཆ་ནས་སྤྱོད་པོན་ཐོན་  
མི་མཆོག་གིས་རང་ཅག་ཁ་བའི་བའི་གངས་ལ་མ་དང་ཆབ་རྩེ་བརྒྱུད་དེ་རྒྱ་གར་ཆ་བའི་ཡུལ་དུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་བརྟེན་  
ཅིང་། སྐད་དང་ཆ་ལྟགས་མི་གཅིག་པའི་རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་བཞག་གི་ཆེད་དུ་ལོ་གྲངས་མང་པོར་བཞག་ས་ནས་རྒྱ་  
ཚུགས་པར་མ་བཟད། གཞན་གྱི་ཡིག་དང་སྐད་རིགས་སྐོར་གསལ་དེ་ལྟར་སྤྱོད་པ་རྟོགས་ཏེ་རིག་གནས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་  
མི་གནང་བའི་མཐུན་དང་ཆེན་མོར་གྱུར་བཞི། བོད་ཚམ་དུ་མ་བཟད་སྐད་རིག་སྤྱོད་ལ་འཛོག་སྤྱོད་ལ་འཛོག་སྤྱོད་ཆེ་བའི་  
ལོ་རྒྱུས་ཡིན། དེ་ནས་སྤྱོད་པོན་ཐོན་ཏེ་ལྷན་པོད་ཡུལ་ལྟར་བར་ཐེབས་ནས་སྐད་ཀྱི་རྒྱ་བཞག་ཆ་ཆེད་བ་མཆོན་  
པའི་ཡིག་གསར་བཅོ་གནང་བ་དང་། དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡིག་དེ་དང་སངས་སྤྱོད་ཐོན་རྒྱུ་ཁ་བ་དེ་ལྟར་ཐོན་པའི་ཡིག་  
སྐོར་གསལ་ལ་བསྐྱར་ཀྱང་ངོ་གནོང་མི་དགོས་པའི་ཆེད་དུ་མཆོས། སྤྱོད་པོན་ཐོན་མིས་ང་ཚོར་འདི་ལྟ་བུས་རིག་

གནས་འབྲས་ཆང་ཞིག་བཟོས་ཡོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཅེས་འཛམ་གླིང་ན་སྐད་གྲགས་ཆེ་ཞིང་རིན་ཐང་བྲལ་བའི་  
ནོར་བྱ་ཞིག་ཡོད་མོད། ཡག་སར་རང་བྱུང་ཅན་འགའ་རེས་རང་གི་སྐད་ཡིག་སྤྲངས་ཀྱང་གོ་མི་ཆོད་པ་དང་རིན་ཐང་  
མེད་པ་སོགས་ལལ་ཞོར་རང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལས་བར་དོར་ནས་གཞན་པའི་སྐད་ཡིག་སློབ་ཁྲུལ་བྱས་ཏེ་བོད་སྐད་  
ཀྱང་སློབ་རྒྱ་རྒྱ་ཆེ་བའི་གྲས་སུ་འཛོག་པ་མང་མོད་དོན་དངོས་སུ་དེ་དག་གིས་གཞན་པའི་སྐད་རིགས་ཀྱང་བཟང་པོ་ཞིག་  
ཤོད་གི་ཡོད་མེད་མི་ཤེས། འདི་དག་ལྟ་བུའི་སྤྱན་པོ། ཅོལ་རྒྱུད། ལྷན་མེད་སྤྱེད་དག་ལ། ཀུན་གཟིགས་པཎ་  
ཆེན་ཡེ་ཉི་ནི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་མཆོག་གིས་ཆེད་དུ་བཀའ་གསུང་ནན་མོ་གནང་ཡོད་དེ། མཆོག་གིས་སྤྱི་མ་སློབ་  
སྤྱི་གས་འགས་ད་དུང་རྒྱ་ཆེན་གཅིག་གཅིག་གི་ཡག་ལ་ཡིབ་རེས་བྱེད་ལ། བོད་བཤད་ན་ད་དུང་རྒྱ་ཆེ་  
བ་རེད། རས་ཁོ་ཆོར་སྤྱོད་བཞེད་བྱས་དོན། ཁྱེད་ཆོས་བོད་སྐད་བཤད་པར་རྒྱ་ཆེན་མ་བཤད་ན་  
ཆོག་ལ། བོད་ལྟ་སྤྱོད་པར་རྒྱ་ཆེན་དེ་ཡང་མ་གོན་ན་ཆོག་མོད། འོན་ཀྱང་ཁྱེད་ཆོས་ཤེད་དང་རྒྱས་པ་  
རི་རྩུབ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། ཁྱེད་ཆོས་སྤྱི་ལུ་བོད་རིགས་ཁྱིམ་ཡིན་པ་ནི་རི་བྱས་ཀྱང་བསྐྱར་ཐབས་མེད།  
ཁྱེད་ཆོས་ལ་མེས་ཡང་མེས་རྒྱལ་ས་བོད་རིགས་ཡིན། གལ་པུ་ཁྱེད་ཆོས་བྱེད་རྒྱལ་དེར་བརྟམས་ན།  
ཁྱེད་ཆོས་མི་རིགས་བསྐྱར་རྒྱ་རེད། ད་སྐབས་ང་ཆོས་མི་རིགས་ལ་འདི་འདྲའི་བྱ་བ་ལ་མཆན་ཅན་མང་  
པོ་འདུག་པས་བྱི་རྒྱལ་གྱི་མི་ཡོང་ནས་བརྟམས་རྒྱུས་འབྱ་སྤྱོད་བྱེད་ལ། ཅེས་གསུངས་པ་རེད། དེའི་ཕྱིར་ང་  
ཆོས་ཆོས་གསུམ་བོད་ཀྱི་དབྱེ་ལ་གདུགས་བསྐྱར་བའི་སྤྱི་ལ། མཐོ་བ་ཁྱིམ་བཞུགས་པའི་དཔོན་པོ་ནས་བཟུང་ཉེ་  
དམའ་བ་བཟས་སྤྱོད་བའི་སྤྱོད་པོ་ཡན་ཆད་ཀྱི་སྤྱོད་མེས་ཆོག་སྤྱི་ལ་བྱས་ཏེ་ང་ཆོས་ལ་མེས་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་བཞག་པའི་རིག་  
གཞུང་། ཆོན་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་ཡང་ཆེར་སོན་པའི་སྤྱོད་ཐོན་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱལ་སྤྱོད་ནང་ནས་པ་ཅི་རིགས་པ་ཐོན་  
དང་འཐོན་བཞིན་པའི་གཟི་བཞིན་དང་ལྷན་པ་འདི་དང་། འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་གས་པོ་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་གདོང་འཛོག་  
གནང་བའི་ཡར་བས་ཚུལ་མཐུན་གྱི་གཤེས་ཀ། ས་མེས་ཀྱི་རིང་གི་བྱུང་མང་མ་ཡིན་པའི་ལུས་སྤྱོད་རྒྱལ་ས་རྒྱུན་འཛིན་  
དར་སྤྱོད་དང་། མི་རྒྱལ་བཟན་བཞེད་འོང་བའི་ཆེད་དུ་གཞན་གྱི་ཤེས་ཡོན་ནང་འདྲེན་དང་། རང་གི་རིག་གནས་  
ཁྱབ་བརྒྱལ་དུ་གཏོང་བར་སྤྱོད་མེད་པའི་སྤྱི་གས་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་དོན་ཕྱར་གས་ཐམས་ཅད་དོན་ཐོག་དུ་འགྲོ་བའི་  
ཐབས་ལ་བཅོམ་རྒྱ་ནི་ཀུན་གཟིགས་པཎ་ཆེན་སྤྱོད་བཅུ་བཅོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་མཆོག་གི་སྤྱི་གས་དགོངས་འབྲུལ་མེད་  
ཀྱང་ཡིན་ཏེ། མཆོག་གིས་མི་རིགས་ཀྱི་དགེ་ཆེད་ཞིག་ཡིན་ན། རེས་པར་དུ་མི་རིགས་སྐད་ཡིག་གིས་  
སློབ་བྱིད་བྱེད་པ་གཙོ་བོར་བཞག་ནས། རེས་པར་དུ་མི་རིགས་སྐད་ཡིག་གིས་སློབ་བྱིད་ཡེགས་པོ་བྱེད་  
དགོས། བོད་ཡིག་ལ་ཨ་རྒྱ་ཆོས་རྒྱུ་ལུ་བཟུང་མོ་རྒྱལ་ཡོད་ཅིང་། ཤེས་བྱ་བྱུང་སྤྱོད་ཆོགས་པ་ཉི།  
ཆད་མ་རིག་པ་དང་། ཨོ་རྒྱལ། སྐར་ཅིས། གས་རིག་རིག་ཅུལ། ཆོས་ཁྱེགས་བཅས་ཡོད་  
པས། དོན་དག་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་འོས། མི་རིགས་ཞིག་གི་སློབ་གས་གོང་དུ་སྤྱོད་  
དགོས་ན། ཐོག་མར་མི་རིགས་དེའི་སྤྱོད་དུ་བྱུང་བའི་སྤྱོད་རྒྱུན་རིག་གནས་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་དགོས་  
པས། མི་རིགས་སྐད་ཡིག་ཉེ་མང་གཞིའི་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ཡེགས་པར་འབྱིད་རྒྱ་ནི་གལ་འགང་ཏེ་ཅང་ཆེ།  
ཞེས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རང་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་དང་སྤྱོད་རྒྱུན་སོགས་ཀྱི་གཞི་ཅ་བརྟན་པོ་བཅུག་མཐར་  
གཞན་སྤྱོད་ཀྱི་བཟང་ཆ་ནང་འདྲེན་བྱེད་དགོས་ཚུལ་སོགས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། མཆོག་གིས་སྤྱི་གས་གཞན་ཞིག་

གཞུང་ཉིད་སྒྲུ་མ་དག་ལས་མཉན། །

ཅེས་གསུངས་པ་དང་། ད་སྐབས་ཀྱི་རྩོན་འོན་རྒྱལ་ཁབ་དག་ཏུ་འདྲིས་པ་སྟོབ་ལྟར་བསྐྱེད་རྗེས་དགེ་ཆེན་དག་གིས་  
ཁྱིམ་པ་རང་རང་གི་འདོད་ལྟོ་དང་བརྟན་ཏེ་ཁྱེད་ཅུང་ལེགས་པ་དག་འཇུག་པུས་ཅུལ། ལྷ་དབྱངས་ལ་དག་པ་ལྷ་དབྱངས་



སློབ་པ་སྐོས་ལ་དམིགས་ན་འང་ཡན་འབྲས་ཡོད་པའི་སློབ་སྦྱང་ཞིག་ཡིན་པ་སློབ་མ་དགོས། དེ་ལྟར་མ་སོང་བར་ང་  
ཆོའི་སྤང་བའི་གནས་ནི་ནང་བཟུན་གྱི་གཞུང་ལུགས་གཅིག་ལུ་ཡིན་པས་དེ་མ་ཤེས་ཆེ་རིག་གནས་གཞན་སྤང་སའི་  
གནས་ནི་འདི་མིན་ཅེས་བཀག་གུ་སྤང་ཆེན་གཞོན་མང་པོ་ཞིག་གི་རིག་པ་ལུ་སྤྱོད་ཐོམ་གྱི་ཁྲོད་ཏུ་བཅན་གྱིས་ཟད་ཏུ་  
བཅུག་པ་དང་དེ་ནི་པཌ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མཆོག་གི་བྱགས་དགོངས་ལས་ཀྱང་ཕྱི་རོལ་ཏུ་ལྷུང་བ་ཡིན་པས་  
བྱགས་བསམ་སྟོང་པོ་བཞེས་ན་ལེགས།

པཌ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ང་ཆོའི་བོད་མི་རིགས་འདི་ཉིད་ལུ་བཟུན་ཅན་དང་ལོ་རྒྱུས་ཅན་ཏུ་འལྱར་བའི་  
ཆེད་མི་རིགས་སྐད་ཡིག་དང་ལུ་ལོ་སྤྱོད་གོམས་གཤེས་སྐོས་ལ་སློབ་མེད་པའི་བྱགས་འཁྱར་གནང་སྟེ་ཡོད་བཞེན་གྱི་  
ནོར་བུ་ལས་ལྷག་པའི་མདུན་ཏུ་བྱུང་བའི་ལེགས་བཤད་དྲི་མ་མེད་པ་འདི་ལྟ་བུ་སྤྱི་ལུ་བཟུངས་ཡོད་པས་ང་ཆོས་ཀྱན་  
གཞོན་བར་གསུམ་མེད་པར་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སློབ་སྦྱང་བཟང་བོ་བྱས་ཏེ་དམ་པ་གང་གི་བཙེ་བ་མཆོ་ལས་ཟབ་པ་དང་  
བཀའ་དྲིན་རི་ལས་མཐོ་བ་ཡང་ཡང་དུ། དེ་དུན་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་གང་གི་བྱགས་བཞེད་ལུ་ཉན་གྱིས་འབྲུབ་  
པའི་སྤྱོད་ལ་བོད་མི་རིགས་བྱིངས་གྱིས་བྱགས་འཁྱར་དང་རྒྱབ་སྦྱོར་བྱེད་རྒྱ་ནི་བདག་གི་ལྷག་བསམ་གྱི་སྤྱིང་ཁ་ན་འཕྲོ་  
བའི་རེ་བཞག་གི་འོད་ཟེར་འབའ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

མི་རིགས་ཆོས་ལུ་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་གནང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་རྟ་ཅམ་སྤང་བ།

ད་སྐབས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་ཁྲོད་ཏུ་ཆོས་ལུགས་ནི་དུས་རབས་དང་མི་འཆམ་པའི་ལམ་གྱི་བཀག་རྒྱ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
ཡིན་པས་དེ་ལ་ངེས་པར་དུ་དགག་པ་གཏོང་དགོས་ཞེས་བྱང་རྒྱལ་དུ་སྤྱོད་མཁན་ཉིན་རེ་ནས་ཉིན་རེ་བཞེན་རེ་མང་ལ་  
འགོ་བཞེན་ཡོད་མོད། དེ་དག་གིས་ཆོས་ལུགས་ཟེར་བ་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་ངེས་མ་ཟིན་པར་རི་བོང་ཅལ་ལ་  
འདྲོགས་པ་ལྟར་ཉོལ་རྒྱགས་བྱེད་པ་རེད། ང་ཆོའི་ཆོས་ལུགས་ནི་མི་དགེ་བའི་ལས་མཐའ་དག་སྤང་བ་དང་དགེ་བའི་  
ལས་མཐའ་དག་ལ་འབད་པ། རང་རྒྱུད་བརྒྱལ་ནས་གཞན་དོན་བསྐྱབ་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་ལས་མ་འདས་པའི་ཁར་  
དོན་གང་ལས་ལ་ཉོལ་རྒྱགས་མི་བྱེད་པར་དཔུང་པ་གཏོང་བ་སྟེ་དེ་དང་དུས་ཀྱི་ཆོན་ཆལ་རིག་པ་དང་མཐུན་པའི་རིག་པའི་  
ཆོས་ལུགས་ཡང་དག་པ་ཞིག་རེད་དེ། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས། དགེ་སྦྱོང་  
དག་གམ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །བསྟེན་བཅད་བདར་བའི་གསེར་བཞེན་དུ། །ལེགས་པར་བཟྱག་ལ་ང་ཡི་བཀའ།  
སྤང་བར་བྱ་ཡི་གུས་བྱིར་མིན། །ཞེས་རང་དམ་པ་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ངས་གང་གསུངས་ཐམས་ཅད་ཆོད་  
མར་ཁས་ལེན་མི་དགོས་པར་གསེར་ཡང་དག་ཡིན་མིན་སྟེ། བཅད་བདར་གསུམ་གྱིས་བཟྱག་དགོས་པ་བཞེན་དུ་ངའི་  
གསུངས་ཀྱང་རིག་པ་ཡང་དག་པ་ཞིག་གི་སྒྲོན་པ་བཟྱག་ཅིང་དཔུང་དགོས། ཞེས་ང་ཆོའི་ཆོས་ལུགས་ནི་ཡུ་ཚུགས་ཀྱི་  
ཆོས་ལུགས་ཤིག་མ་ཡིན་པར་དངོས་ཐོག་བདེན་འཆོལ་དང་མངོན་སུམ་ར་སྤྱོད་བྱེད་པའི་རིག་པའི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་  
ཡིན་པར་གཞོམ་གཞིག་བྱས་པའི་རྗེ་ཇེ་ཡ་ལམ་ལྟ་བུའི་ལེགས་བཤད་འདི་འདྲ་དཔང་བོར་བཞག་ཡོད་པ་ལ་སྤྱོད་ཞིག་གིས་  
བསྟོན་ནུས། དེའི་ཕྱིར་ང་ཆོའི་ཆོས་ལུགས་ནི་རྣངས་དད་དང་གཉའ་གཞོན་དབང་ཤུགས་བཤུ་གཞོག་བཅས་ཀྱི་  
ཆོས་ལུགས་ཤིག་མ་ཡིན་པར་ང་ཆོའི་ཆོས་ལུགས་ནི་རིག་པ་དང་། ཐོབ་ཐང་ནུས་ཤུགས། ཅི་འཕྲོར་སྐོས་ཀྱི་ཆོས་  
ལུགས་ཤིག་ཡིན་པར་ཀུན་གཟིཌ་པཌ་ཆེན་ཡིར་ཏེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་མཆོག་གིས་ཀྱང་གསུང་ཡོད་དེ།

མཆོག་གིས། །ཆོས་ལུགས་ནང་དུ་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཇིན་གྱི་བཟུ་གཞོག་དང་། བཀའ་

བཞིན་ཐུང་འཛིན་གྱི་གཏུང་གཞིན། བཀའ་བཞིན་ཐུང་འཛིན་གྱི་ཐུང་དབང་བཅས་འབྲེས་ཡོད་པས།  
 ཐུན་འདི་དག་གི་ཐུང་གསལ་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཆ་དོན་ལ་མི་མཐུན་པ་མ་ཟད། ཆོས་ལུགས་རང་ཉིད་ཀྱི་བཤད་  
 ཚུལ་ལའང་མི་མཐུན་པ་རེད། སྤྱུ་ཐུབ་པས་ཁྱོད་ཆོས་གཏུང་གཞིན་གྱིས། བཤུ་གཞིག་གྱིས།  
 ཐུང་དབང་ཐུང་ཅེས་གསུང་མེད། སྤྱུ་ཐུབ་པས་འདི་དག་ཕྱེད་དགོས་གཏན་ནས་གསུང་མེད། ང་  
 ཆོའི་སངས་ཀྱིས་ཀྱི་བཞུན་པ་ནི་ཐུན་མེད་པ་དང་ཀྱན་སྒྲིང་བཟང་པོ་ཡིན་པ། དེས་མི་རྒྱུས་ལ་བྱམས་  
 སེམས་ཆེ་བ་དང་དགེ་བའི་ལས་བསྐྱབ་པ་ཡིན། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་ཆེན་པོ་གསུམ་གང་ཡིན་  
 ཟེར་ན། སྤྱུ་ཐུབ་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་སྒྲིང་བ་ནི་མི་དགེ་བའི་ལས་མཐའ་དག་གྲང་བ་དང་།  
 དགེ་བའི་ལས་མཐའ་དག་ལ་འབད་པ། རང་ཐུང་བའུལ་ནས། གཞན་དོན་བསྐྱབ་པ། འདི་  
 གསུམ་པོ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆ་དོན་ཡིན། ཅེས་དང་། རས་དཔེ་ཞིག་འཛོག་དཀར་ཡོལ་ཞིག་གི་ཐོག་  
 མི་གཙང་བ་ཡོད་ན། ང་ཆོས་རིས་པར་བྱ་མི་གཙང་བ་དེ་བཟུ་དགོས། ཡིན་ན་ཡང་དཀར་ཡོལ་དེ་  
 རིས་པར་བྱ་མི་གཞིག་པ་ཕྱེད་དགོས། གནས་ཚུལ་དངོས་ནི་ཅི་འདྲ་ཡིན་ནམ་ཟེར་ན། དཀར་ཡོལ་  
 ཡང་བཅག་པ་རེད། ཆོས་ལུགས་དེ་ཉིད་མེད་པར་བཏང་བ་རེད། ཆོས་ལུགས་དེ་ཉིད་རྒྱལ་བྱེད་  
 ལུལ་ལ་གྱུར་བ་དང་། ཆོས་ལུགས་བྱ་འབྱལ་ལམ་མཐའ་ན་མ་ཁེ་བརྟན་པའང་གསར་བརྗེ་རྒྱལ་ལ་  
 ཆེས་པ་རེད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་འཛོལ་དང་ཆོས་མིན་གྱི་དབྱེ་འཆམས་ནས་འགྲང་སྟེ་ཆོས་མིན་གྱི་མིག་ཙང་  
 བ་བཟུས་ནས་ཡང་དག་པའི་ཆོས་དེ་དྲི་མེད་འོད་གསལ་ཅན་དུ་བསྐྱར་བ་ལ་ཅེས་ཀྱང་བཅོན་དགོས་པར་སྒྲུང་། དེས་  
 ན་ང་ཆོས་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་གྱི་ཐུང་པར། ཆོས་ལུགས་པ་དང་ཆོས་ཀྱི་ཐུང་པར། ཆོས་ལུགས་པ་དང་ཆོས་ལུགས་  
 པ་རྒྱན་མའི་ཐུང་པར་སོགས་ལེགས་པར་ཤེས་ན་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་ཕྱི་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་ལ་  
 བཀག་ཆུ་ཅི་ཡང་བཅོས་ཀྱང་མེད་ལ་བཅོ་ཡང་མི་ཆོག དེས་ཕྱིར་ཀུན་གཟིགས་པ་ཆ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
 མཆོག་གིས་ཀྱང་གསུང་ཡོད་དེ། མཆོག་གིས་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་ཐུང་གསལ་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་ལ་ཐེ་གཏོགས་ཕྱེད་མི་  
 ཆོག་པ་དང་། ཐོན་སྐྱེད་དང་ཁྲིམ་ཆང་། གཉེན་སྲིག་བཅས་ལ་ཐེ་གཏོགས་མ་ཕྱེད། ཆོས་ལུགས་  
 ཟེར་བ་དེ་དངོས་གནས་ཀྱིས་ཆོས་ཐུབ་དགོས། འདི་འདྲ་བྱས་ན་མང་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱན་འབབ་པ་དང་།  
 བཅི་བཀྱར་བྱེད་པ། ཐུང་གསལ་རིང་ལུགས་འཇུགས་སྐྱན་ལའང་གཞིན་པ་ཅི་ཡང་མེད་པ་མ་ཟད།  
 མཐུན་སྒྲིལ་གྱིང་འཇུགས་ལ་ཡར་སྐྱལ་སྐྱེད་པ་རེད། ཅེས་གསུངས་པ་ལ་དཔག་ན་ཆོའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་ཕྱི་  
 དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་ལ་རམ་འདེགས་བྱས་ཡོད་པ་ཤེས་ཐུབ། དཔེར་ན། ཕྱི་དངོས་  
 པོའི་དཔལ་ཡོན་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་དགོས་ན་ནང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས།  
 དེ་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བ་ནི་ང་ཆོའི་ཆོས་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱ་ཆོགས་པ་ལས་འབྲས་བྱ་འབྱུང་བ་ཐོག་མར་ཤེས་  
 དགོས། དེ་ཤེས་ན་ཁྱུ་ཅག་གིས་ཕྱི་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་སུན་སུམ་ཆོགས་པར་གཏོང་དགོས་ན་དང་པོར་དེ་ལ་རྒྱ་  
 སུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཤེས་ཞིང་། དེ་ཤེས་ན་རྒྱ་དེ་ལ་གཏོང་ཞིག་དགོས་པ་རིག་པ་ཡང་དག་ཞིག་གིས་  
 དཔྱད་དེ་གཏན་འབེབས་བྱེད་དགོས་པ་མངོན་སུམ་གྱི་འཆོའི་ཁྲིད་དུ་ལྷོད་བས་བྱུང་ཅིང་། ང་ཆོའི་ཆོས་ལུགས་ནི་  
 རིག་པའི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པ་གོང་དུ་སྒྲུས་ཟེན་ལ། དེ་རིག་པའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན་ཚུལ་ཡང་གོང་གི་དཔྱད་ཚུལ་དེ་

ལས་མ་འདས་མོད། ལྷག་པར་དུ་དྲང་ངེས་ལེགས་བཤད་སྟེང་པོའི་དཔེ་བྲིད་སྐབས་སུ་བདག་གི་སྒྲུ་མ་རིན་པོ་ཆེ་དགེ་  
འདུན་བཞུན་འཛིན་དཔལ་བཟང་པོས་ཀྱང་དཔེར་ན་ང་ཚོའི་ཆོས་གཞུང་དུ་བཤད་པའི་རྟོན་པ་བཞི་དང་མི་རྟོན་པ་  
བཞི་སྟེ་ཆོས་ལ་རྟོན་པ་དང་དོན་ལ་རྟོན་པ། དེས་དོན་ལ་རྟོན་པ་དང་ཡེ་ཤེས་ལ་རྟོན་པ་སྟེ་རྟོན་པ་བཞི་དང་། གང་  
ཟག་ལ་མི་རྟོན་པ་དང་ཆོག་ལ་མི་རྟོན་པ། དྲང་དོན་ལ་མི་རྟོན་པ་དང་ཆུ་ཤེས་ལ་མི་རྟོན་པ་སྟེ་རྟོན་པ་བཞིའི་སྟོན་སྲས་  
དྲང་ངེས་འབྲེད་ཚུལ་འདི་ནི་དེང་དུས་ཀྱི་ཆོས་པ་པོར་སྒྲིམ་པ་ཁག་ཅིག་གིས་ང་ཚོའི་ཆོས་ལུགས་ནི་རིག་པའི་ཆོས་ལུགས་  
ཤིག་མ་རེད་ཅེས་བབ་ཅོལ་མང་དུ་སྒྲུབས་དེ་ལ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རིག་པ་འདི་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་མེད་ཅེས་ཡང་ཡང་གསུང་བ་  
ནི་རིག་པའི་གསང་ཆོག་རྗེ་པར་སྟོན་པའི་དོ་རྒྱུད་ཆོག་ཅིག་ཅི་ལ་མིན། དེས་ན་ང་ཚོས་ཀྱང་བྱ་བ་ལྟར་དོ་གཅིག་  
གིས་འདྲེད་པའི་དཔེ་རྩ་མ་སོང་བར་བཟང་ངན་སྒྲུང་དོར་གྱི་གནས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ་ནི་པའ་ཆེན་ཐམས་ཅད་ཡུམ་པ་  
མཆོག་གི་ཐུགས་དགོངས་འབྱུང་མེད་ཅིག་ཀྱང་རེད་དེ། མཆོག་གིས། དེས་པར་དུ་ལུགས་མཐུན་གྱི་ཆོས་  
ལུགས་བྱ་འབྲུལ་ཡོད་དགོས་པ་དང་། ཁོ་ཚོར་སྟེལ་དུ་འབྱུག་དགོས་པ་མ་ཟད། ཁོ་ཚོའི་བྱ་འབྲུལ་ལ་  
ཁག་ཐེག་བྱེད་པ་དང་སྟབས་བདེ་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས། རྒྱུགས་གཞན་གཅིག་དུ་ཆོས་ལུགས་བྱ་འབྲུལ་  
རྒྱན་མར་ཁྲིམས་གཅོད་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་བཀའ་བཀོད་རྒྱུད་འཛིན་གྱི་ཆོངས་དད་དང་། མི་ལ་  
མགོ་བསྐྱར་གཏོང་བ། སྐར་མོ་བསྐྱུ་ལེན་བྱེད་བ། ཁ་འབྲུག་གཏམ་ངན་བཤད་པ་སོགས་དང་། ལྷ་  
དབང་མི་ལུལ་དུ་ཡོང་བ་དང་། ལྷ་དང་འབྲེ་རིག་པ་ཞེས་བཤད་པ་དང་། རྒྱན་གཏམ་སྒྲུབ། མང་  
ཆོགས་ལ་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་བའི་བྱ་འབྲུལ་དེ་དག་གིས་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱིག་ལམ་ལ་གཏོར་བསྐྱེད་པས་  
པར་མ་ཟད། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མཆན་རྟགས་ལ་འདྲ་གཞོད་པ་བཏང་བས། བྱ་འབྲུལ་དེ་དག་ལ་ཆད་པ་  
འོས་འཆམ་གཅོད་དགོས། འདི་ལྟར་བྱས་ན་ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱང་ལྷ་རྟོག་བྱས་པ་རེད། ང་ཚོའི་ཆོས་  
ལུགས་རོ་མར་སྒྲུབ་སྟེ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ལ་དབག་ན་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་འབད་འབད་དུང་དུང་གིས་བཅལ་བའི་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་ལས་ཀྱང་ལྷག་པའི་མདྲ་དུ་བྱུང་བའི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་  
འོད་སྟོང་འཕྲོ་བའི་ནོར་བུ་ཞིག་ང་ཚོར་སྤྲོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་པས་གསེར་རོ་གསེར་དུ་ཤེས་རྒྱུ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བའི་  
གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པ་ཐུགས་ལ་འཛིན་པར་བྱ་བྱ་ལགས།

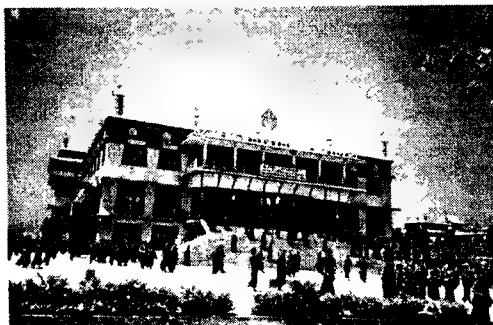
མི་རིགས་མཐུན་སྤྱིལ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་གནང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ལས་འབྲོས་ཏེ་རྒྱལ་མ་  
སྟེང་བ།

ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདི་ཉིད་སྤྱི་མོན་ས་བཟུང་སྟེ་འཁོན་འཛིང་བྱེད་པའི་ལས་ལ་སྤྱོད་པའི་དཔལ་ངར་རྒྱལ་པོལ་ཅན་  
ཞིག་རེད་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་བསམ་མཁོ་ཡག་པོ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད། དཔེར་ན། དགོན་པ་སོ་སོས་མཆོད་  
གཞུས་འཕྲོག་རེ་བྱས་ཏེ་ཡོན་མཆོད་ཀྱི་བར་ལ་དབྱེན་བྱེད་པ་དང་། འཕྲོག་པ་དག་གིས་དུང་འཕྲོ་ཕྱོག་གི་གཡོག་བྱས་  
ཏེ་དེའི་ཁ་ཟས་ཅམ་གྱི་དོན་དུ་མི་མང་པོའི་གཞལ་དུ་མེད་པའི་གཅེས་སྤྱོད་གཏོར་བ། རོང་བས་ཞིང་ས་ལག་མཐིལ་  
ཅམ་དང་ཡུར་བ་འདོམ་གང་ཅམ་གྱི་དོན་དུ་ནང་དམེ་བྱེད་པ་སོགས་ནི་མཐར་གཏུགས་ན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་སངས་  
རྒྱུས་ཐུགས་རྗེ་ཅན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་པའི་《ལས་རྒྱ་འབྲས》ལ་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་མེད་པས་ལན་པ་རེད། དེའི་  
ཕྱིར་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཟེར་བ་དེ་ནི་མི་དགེ་བའི་འབྲས་བྱ་ལ་དགེ་བ་དང་ནས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ལ་གྲོ་འབྲུང་བ་བཟོད་པའི་

འབྲས་བུ་མི་སྟག་པ་འབྲུང་བ་ཕྱིན་པའི་འབྲས་བུ་ལ་དབྱེ་པ་ལོ་འབྲུང་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན་པར། རང་རང་གིས་  
རྒྱལ་ཁབ་བསགས་ན་དེ་དང་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་འབྲུང་བས་ན་རྒྱ་འབྲས་ཞེས་བཤད་པ་རེད། འཛིག་ཉེན་  
འདིར་འཆོ་རྟོག་བྱེད་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་མཆོན་ན་འདྲ་ལ་ལས་བྱ་བ་བཟང་པོ་གཞན་གྱི་སྟོན་སྟུང་པ་དང་།  
དབྱེ་པ་ལོ་འབྲུན་པ་ཉེར་བ། དྲང་བདེན་བྱེད་པ་སྟོན་པ་རབས་ཀྱི་སྟུང་པ་ནམས་རང་གི་རང་གིས་བསྐྱབ་པ་དང་།  
འགའ་ཞིག་ནི་སྟོན་གཙོ་བོ་པ། རྒྱ་འཕྲིན་བྱེད་པ། རྒྱ་ཁྱིམ་གཞན་བསྐྱབ་པ་སྟོན་པ་ནམས་ལ་  
རང་གི་རང་གིས་དགའ་ཞིང་སྟུང་པ། འགའ་ཞིག་མི་ཆོ་མི་ལོ་ལོ་ན་ལྟ་ཆོག་ཀྱིས་མནར་ནས་སྟུང་པ་དང་སྟུང་  
གང་གིས་ཀྱང་མི་ཡན་པར་ཤི་བ། ལ་ལ་ནི་ཆོ་གང་ལོ་ན་བ་ཅི་ཡང་མེད་པར་མ་ཟད་འཆོ་བའི་ཆོ་ཡང་སྟག་བསྐྱལ་  
མེད་པ། ལ་ལས་ཆོ་གང་ལོ་ན་འབད་པ་སྟུང་པ་ཀྱིས་ཀྱང་ཐ་ན་ཉེན་གཅིག་གི་ཟས་གོས་ལུན་སྟུང་ཆོག་ཀྱིས་པ་ཅམ་  
ཡང་ཆེད་པར་དཀའ་ལ་གཞན་གྱིས་ལོངས་སྟུང་བྱ་ཆེན་པོ་བྱིན་ཡང་འཕྲལ་དུ་ཟད་དེ་སྤར་གྱི་དེ་ག་རང་དུ་འབྱུང་བ།  
ལ་ལས་དེ་ཅམ་གྱི་འབད་པ་ཆེན་པོ་ཅི་ཡང་མ་བྱས་ཀྱང་ནམ་དུ་འདྲེངས་སྟུང་གིས་མི་གཏོང་བ་སྟོན་པ་བཞེད་གྱིས་མི་  
ལང་བའི་བདེ་སྟག་མི་མཉམ་པ་དབྱར་གྱི་ཆི་ཤིང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་སྤང་བ་འདི་དག་རྒྱ་མེད་ཀྱི་མེད་པ་འབྲུང་བ་མི་སྟོན་པ་  
དང་། བྱེད་པ་པོ་གཞན་ཞིག་གིས་ཆེད་དུ་བཀོད་སྟོན་བྱས་པ་ཞིག་ཀྱང་གཏན་ནས་མིན་ལ་རང་རང་གི་ལས་གཤམ་  
བསགས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་འདུག དཔེར་ན། ཉེ་ཆར་ཅ་དབྱིར་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་རྩོད་པ་ཞིག་ལུས་མ་བཞེས་  
པར་གཙམ་གཟུགས་ཏུ་བྱུར་འདུག་སྟེ། ལོ་ལྷན་ལུ་ལུ་ལུ་ཞེས་པའི་རྩོད་པ་འདིའི་ལུས་ཡོངས་ལ་རི་མོ་མེར་པོ་དང་  
ཐིག་ལེ་ནག་པོས་བྱུང་བ་ཅིང་། སྟུང་པ་གཙམ་གཟུགས་ཀྱི་མཆོ་བ་ལྟར་རིང་པོར་བྱུར། གཤོང་དབྱིབས་གཟིག་དང་  
འབྲེལ་གཏུགས་པའི་ར་རོ་སྟོན། ཤ་རྩོད་ཟེལ་རྒྱུད་ཤིན་ཏུ་གཏུམ་པའི་མིའི་གཟིག་ཅིག་ཏུ་བྱུར་ནི། འདི་ལྟ་  
བུའི་ཉེང་ནས་རང་གིས་ལས་གང་བསགས་པའི་འབྲས་བུ་རང་ལ་སྟུང་པ་མངོན་སྟུང་གི་འཆོ་བའི་ཁྲོད་དུ་སྟུང་བས་བྱུང་  
པོ།

དེའི་ཕྱིར་ར་ཆོས་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས་ཏེ་བསམ་པ་བཟང་པོའི་སྟོན་མི་རིགས་ནང་ཕན་ཚུན་ལ་མཐུན་  
སྟེ་ལྟ་བུ་ཆུ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཤམ་འགངས་ཆེ་བའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད་ཀྱང་གཟིགས་པ་མཆོད་སྟེ་བུ་བུ་བ་  
མཆོག་གི་བྱུགས་དགོངས་འབྲུལ་མེད་ཅིག་ཀྱང་རེད་དེ། མཆོག་གིས། ར་ཆོས་ཐོད་མི་རིགས་ནང་ཁུལ་ལ་  
རེས་པར་དུ་མཐུན་སྟེ་བྱེད་དགོས། ཐོད་མི་རིགས་ནང་ཁུལ་དུ་མཐུན་སྟེ་བྱེད་རྒྱ་དེ་རས་ཏ་ཅང་གི་  
གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་གྱི་ཡོད། རས་རལ་བ་བྱུང་བས་ལ་གྱིས་ཐོད་ནང་ཁུལ་གྱི་མཐུན་སྟེ་བྱེད་ལ་སེམས་  
ཁུར་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེ་དང་གཞོན་འགལ་ཡོད་པའི་བྱ་བ་ཆང་མར་རྩོམ་དང་དགག་པ་རྒྱག་དགོས་  
ཆུལ་བཤད་གྱིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་། རྒྱ་ཡམ་པ་ཟེར་ན་འདྲ་འདྲ། སེམས་མ་བདེ་ཟེར་ན་འདྲ་འདྲ།  
བཤད་དགོས་པ་གཅིག་ལ། ཏང་གི་ཁྱིད་རྒྱས་བཟང་པོའི་འོག་དུ་ཡང་བསམ་རྒྱུ་རན་པ་དེ་ཆོ་མང་པོ་  
ཞིག་ཡར་འཕར་བཟུག་ན་ཆ་རྟིང་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡར་འཕར་བཟུག གཙང་ཞེན་དབྲས་ཞེན་ཟེར་བ་  
འདྲ་འདྲ། ཡང་གཞུང་དང་ར་དང་ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡར་འཕར་ལས་ལངས་ཏེ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་  
རེད། ཡང་ཁམས་པ་དང་ཨ་མ་དོ་དང་ཐོད་པ་ཞེས་ཡང་གཅིག་བཤད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་བའི་  
གནས་ཆུལ་མང་པོ་འདུག དེ་དག་ཡག་པོ་རྩ་ནས་མི་འདུག རང་ཅག་ཆང་མ་ལ་སྟེ་བྱེད་ཆུང་བ་

སེམས་དབང་དང་མ་ཕྱིན་པ་ཐག་ཕྱིན་གྱི་རྒྱུ་རྟེན། རྒྱུ་པ་གཅིག་ནས་བྱུང་བའི་ཐོད་ཁ་བ་ཅན་པ་  
 རྟེན་མ་གཏོགས་དེའི་ཐད་ལ་ཡར་སྤྱོད་སེམས་བྱེད། རྒྱུ་སྤྱོད་སེམས་བྱེད་ན། དགེ་མཚན་རྩ་བ་ནས་  
 ཡོད་པ་མ་རྟེན། ར་ཆེ་ཐོད་གྱི་ཕྱི་རྒྱུ་སྤྱོད་སེམས་བཟུང་ན། ཐུང་དར་ནས་བཟུང་ཉྩེ་ཐོད་འདིའི་ནང་  
 ཏུ་ཁ་བ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོད་ལ་ཡག་པོ་མ་བྱུང་། ཡང་ན་མ་ཞིག་ཐོད་འདིའི་ནང་ཁྲུལ་ཏུ་  
 ཡག་པོ་དང་འགྲིག་པོ་མཐུན་པོ་ཡོང་བའི་ཆེན། ཐོད་མི་རིགས་འདི་ཉིད་ཀྱང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་ཏུ་  
 འགྲོ་བ་ཡིན། སངས་རྒྱུ་གྱི་བཟུན་པ་ཡིན་ནའང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡིན། ཁ་བ་ཏུ་  
 སོང་ན་སངས་རྒྱུ་བཟུན་པ་གོད་ཆག་དག་མི་རིགས་ཉམས་རྒྱུ་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡིན། མི་དམངས་ལ་འང་  
 རྒྱག་བཅུལ་འབྱུང་བེས་ཡིན། དེ་འདྲའི་གནས་རྒྱལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས་ཆང་མས་སྤྱོད་ཞེན་རྩ་བ་ནས་  
 མ་གནང་། དགོན་པ་ལན་རྒྱུ་གྱི་བར་ཡིན་ནའང་ཡ་ཤོད་དང་ང་དང་ཞེས། རྩོན་ཆད་གཡོན་ཐལ་  
 གྱི་ལམ་ལུགས་འོག་ཏུ་ཆང་མ་མར་མནན་བཞག་ཡོད། ཏུས་ཆིགས་གཅིག་ཀྱང་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་  
 རྟེན། ད་རྒྱུ་པོ་བྱུང་ཙན། ན་ཆ་རྟིང་བ་དེ་ཆོའང་ཡར་འཕར། དེ་དག་ཁྱེད་ཆོ་ཆང་མའི་བྱགས་  
 ལ་འཇགས་རྟོགས་གནང་། ཞེས་གསུངས་ཡོད་དོ། སྤྱིར་ཆོ་འཕྱུལ་ནམ་པ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་གསུང་རྟེས་བཟུན་  
 གྱི་ཆོ་འཕྱུལ་ནི་མཆོག་ཏུ་བཅུགས་པ་བཞེད་ཆོ་ཕྱི་རབས་པ་དག་ཀྱང་དམ་པ་ཁོང་ལ་དངོས་ཞལ་ལྟན་འཛོམས་གྱི་སྐལ་  
 བམ་བྱུང་ཡང་གསུང་རྟེས་བཟུན་གྱི་སྒྲི་ནས་རྟེས་སུ་བཟུང་ཡོད་པས་ང་ཆོས་ནམ་ཡང་ཁོང་གི་གསུང་འཕྱིན་གྱི་མེ་ཏོག་  
 སྤྱི་ཐོར་བྲུངས་ཏེ། མི་རིགས་དང་མི་རིགས་བར་ལ་སྤང་སེམས་མེད་པ། ཆོས་ལུགས་དང་ཆོས་ལུགས་བར་ལ་  
 སྤྱོད་ཞེན་བྲལ་བ། ཆོས་དང་ཞིང་སའི་དོན་ལ་ནང་དམེ་མི་བྱེད་པར་མཐུན་སྤྱིལ་གྱི་གོང་ཏུ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་བཟུང་  
 ཏེ་དོན་དང་ལྡན་པའི་ཐོད་པ་ཞིག་བྱ་རྒྱ་ནི་ཏུ་ཅག་གི་བགོ་སྐལ་ཏུ་བབས་པའི་གསུང་འཕྱིན་གྱི་ཡང་སྟིང་ཡིན་པས་ང་  
 ཆོས་ཅེས་ཀྱང་བཙོན་ལེན་བྱེད་དགོས་སོ།



# མྱུང་ཆེན་འབྲིང་རིང་ལྗེ་དགེར་མཇུག་བསྐྱར་ དུ་བྱིན་བའི་མཐོང་ཐོས།

ལྷན་སྐྱེད་གེ་འདུན་བཟ་ཤིས། (རྩེ་བོ་)

མདོ་སྐྱོད་ཡུལ་གྱི་སའི་ཉེ་བའི་བཤོང་ཤེས་རིག་སྤྱིང་འདིར་དཔེ་ཆ་བསྐྱར་བ་དང་ཡུལ་བསྐྱར་བའི་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་སུ་ཆུང་པར་བྱས་ཏེ། བྱི་འདུ་བཟུང་བྱ་ནས་མྱུང་ཆེན་འབྲིང་རིང་ལྗེ་དགེར་མཇུག་བསྐྱར་དུ་བྱིན་པའི་སྐོར་འདིར་ཅུང་ཟད་འགོད་པར་འདོད་དོ།

དེ་ཡང་གནའ་མཁར་ཐིམ་ཆེན་དེར་རབས་འཕྱུལ་གྱི་ཆེད་འཛོལ་ས་སོན་པའི་གནམ་བྱ་ནང་ཆུ་ཆོད་གཅིག་དང་ཆུ་ཉུག་གི་རིང་ལ་གཤོག་ཆུང་པར་བསྐྱར་དུས། རྩོད་བཅུད་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་དུས་བཞེར་བྱོད་གྲང་སྒྲུལ་པ། བསེལ་ཆུང་དཔལ་བྱར་ཞིང་ཞིང་། སའི་དགེ་བཅུ་རང་བྱུང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཞིང་ཁམས་དམ་པ་ཉེ། སྤྱོད་ཆ་ཉུག་པའི་གྲང་བྱིར་དུ་སྤྱོད་བསྐྱར་བྱང་། གྲང་བྱིར་ཆེན་པོ་དེའི་ཨ་མེན་རྩེ་བོ་གི་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་ན་བྱ་ནས་གི་ནང་བའི་གནམ་རི་འགངས་ཆེན་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཨོ་མེ་ཉིན་ཏེ་སྤྱིང་ཆེན་འབྲིང་རི་ནི། བཞིང་ཅིང་ཉམས་བཟུང་གསལ་པའི་སྤྱོད་ཆ་གྲང་བོ་ཞིག་བག་ཐེབས་པའི་རང་ཉལ་བ་ལྟར། སའཛོན་གྱི་བཤོད་པ་ལྟ་ན་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་སུ་མཛོལ་སོ།

རང་བྱུང་བྱིན་བྱོད་འབར་བའི་གནམ་རི་དེར་བཟུང་སྐོར་དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་བར་དུ་ལི་ཉིན་དོ་སྤྱོད་ཆ་མོ་ཞེས་ཀྱལ་བམ་པམ་པས་རིགས་དུག་གི་འགྲོ་བའི་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་པར་མ་བཟོད་དེ། སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་པའི་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱུལ་ཏེ་གདུལ་བྱ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་ལ། བཞེངས་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་ཀྱིས་གྲང་བོར་བཞུགས་པ་ནི། དད་ལྷན་མིག་ནས་མཆོམ་དགྲ་བ་འམ་ཡུལ་བསྐྱར་བ་ཏེ་ལས་བས་ཉམས་གྱིས་སོ།

ཀྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་པོ་འདི་ཉིད་སའདིར་རྒྱས་འཛིགས་པ་ནར་མར་བྱུང་བས། ཏུ་ཤང་ཞིག་གིས་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་པའི་མང་ཙམ་བསྐྱུལ་ནས། རྒྱས་འཛིགས་པ་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་པའི་ཉིན་དུ་བྱམས་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་པས། དེ་གའི་དཔོན་པོས་ཤེས་ཏེ་ཁྱོད་གྱིས་བདག་ལ་དདུལ་དང་། ཡང་ན་མིག་འབྱེད་འབྱུལ་དགོས་པའི་བཀའ་པལ། ཏུ་ཤང་དེས་མིག་འབྱེད་ལུ་བ་སོགས་དཀའ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་ལ་བཞེན་ནས་གྲུབ་པའི་བྱམས་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་པའི་ཁག་གཞོན་དུ་བཞེངས་པར་གྲགས་ལ། དེ་ཡང་རི་བྱག་ཆེན་པོ་དེ་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་ཀྱི་གྲུབ་པར་བྱས་ཏེ་ཀྱལ་མོ་ལུ་ཆུ་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་པོ། ཆེན་དུ་བྱིན་ཆུ་བོ་བཅས་ཆུ་ཆེན་གསུམ་གྱི་འདྲེས་མདོ་དུ་མཆིས། འདི་བཞེངས་དུས་ནི་བོད་ཀྱི་ཀྱལ་བོ་བྱི་ཉེ་གཙུག་བཟུན་ནས་མེས་ཡག་ཆོམ་དང་དུས་མཉམ་གོང་མ་ཐང་ཞོན་ཅུང་གི་བྱི་ལོ་དང་བོ་སྤྱོད་ཆ་མཇུག་ཆགས་པོ་ལྟར།

བཞེངས་མགོ་ཚུགས་ཏེ། གང་མ་ཏིག་ཅུང་གི་གིན་ཡོན་ཁྲི་ལ་བརྟུང་གུ་བ་སྟེ་ལཱ་ ༠ ༩ བར་བཞེངས་གྲུབ་གནང་པ་  
ཡིན། མཚན་དཔེ་གསལ་ལྟོགས་ཀྱི་བྱམས་སྤྱུ་ཆེན་མོ་འདིའི་མཐོ་ཚད་ལ་སྟེ་ ༧༡༥༤༣ རེ་ཆད་ལ་སྟེ་ ༧༡༥༤༣ རེ་  
ཡིན། ལྷ་སྤྱུ་ཆེན་མོའི་གཤམས་ལོགས་ཀྱི་ས་འཛིན་གྱི་ཆེ་ལས་མར་བལྟས་པ་ན། གནམ་ཐོན་ཁྲུག་མར་འབྱེལ་འདྲའི་  
གཙང་གསུམ་འདྲེས་པའི་སྟངས་གཡོར་གྱི་སྤྱུ་ཆོགས་འདྲེ་འགོད་གྱིས་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་གྱི་བྱམས་སྤྱུ་ཆེན་གྱི་དྲང་ཐང་  
ཆོད་ལེན་ཕྱེད་ཅིང་། བརྟན་ཐེང་དང་འདྲ་པར་བསྟུན་པའི་བྱུ་ལས་སྤྱུ་ཆོགས་ལ་གཟིགས་ན། དགའ་སྟོན་ཆོར་  
སྤང་མི་འདྲ་བཞིག་དང་དམ་ཤུགས་ཀྱིས་སྟེས་ཡོང་། དེ་ནས་གནས་མཇུག་བཞེངས་འབྲུམ་མང་པོ་བསྟར་ཕྱིར་བསྟེན་གསལ་  
ཏེ། རི་བོའི་སྐྱེས་གདངས་ཀྱི་ལམ་ཕན་ལས་མར་བབས་ན། འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་སྟུ་གདོན་བགེགས་ཞབས་བྲུང་  
ལྷན་པའི་ལྷེད་ཀྱིས་མཐོན་ཏེ། འགོ་ཀྱན་འཆོ་མེད་ཞི་བདེ་ལ་བཀོད་པ་མཐོང་བྱུང་། དེ་ནས་བྱམས་སྤྱུ་ཆེན་མོའི་  
ཞབས་བྲུང་གི་ཉེ་ལོགས་སུ་བྲག་འོབས་དང་ཐེམ་སྐྱས་བརྟུང་དེ་ཕྱིན་པ་ན། བི་ཤུག་ཆའི་པར་ཆེ་ལས་འབྲུག་པའི་ཕྱག་  
བྲིས་སྤྱུ་ཆོགས་དང་། འབྲུང་བསྐྱོས་མང་པོ་སྟུན་པའི་གསེབ་ན་གསོན་ཉམས་ཤིག་གི་ཕྱིར་མཛོད་ཞིང་། དཔག་  
ཚད་མང་པོར་བརྟུངས་པའི་བསྐྱོར་ལམ་ན་སྟུངས་སྟུང་བ་མང་པོ་སྟུང་གའི་བཞེད་གད་ཐལ་གེར་བྱུང་དང་བྱུང་བྱས་ཏེ་ཡུལ་  
སྟུངས་ཀྱི་མཛོས་ཉམས་ལ་རོལ་རྟོ།།

ཡི་ཤིན་ལྷ་སྐྱ་ཆེན་མོ་འདི་སྔག་བྱངས་སུ་ཐུང་བའི་གནས་རིའདི་ནི། ལྷ་ཡིག་དང་། ཡི་ཡུན། ཀེ་འུ་ཤིན་  
 རིའོ་གསུམ་གྱིས་བྱུང་ཅིང་། རིང་ཚད་ལ་སྐྱེ་ཆེག་སྟོང་ལྷ་བརྒྱ་ཡོད་པར་གྲགས། གནས་རིའདི་འཆགས་དབྱིབས་  
 ནི། ཉེ་ལམ་གྱི་སྤྱིང་བའི་སྟོངས་རྒྱ་བ་ཞིག་གིས་གཙང་བའི་པ་རོལ་ནས་གནས་རིའདི་པ་ར་དུ་བརྒྱན་པས།  
 བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་བཙམ་ལྷན་འདས་སེང་གེ་འབྱེང་སྟབས་གྱིས་བཞུགས་པའི་སྤང་བརྟན་རང་བྱོན་དུ་བྱུང་བ་ཤེས་  
 པར་མ་ཟད། ཡི་ཤིན་བྱམས་སྐྱ་ཆེན་མོ་འདི་དེའི་སྔགས་ཀ་ཁེལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་འདི་ཉིད་རོ་  
 མཚར་སྟོང་གི་གཟིགས་མོ་ཉིད་དོ།

གཞན་ཡང་མི་ཡུན་རི་བའི་རང་བྱུང་མཛེས་སྒྲུང་སྤྱི་སྤྱོད་ན།     ༡་ཨོ་དགོན་པར་རྒྱལ་ཆེན་ལྟ་ཁང་།  
 དཔལ་ཆེན་ལྟ་ཁང་།     ཆོས་གཏེར་ལྟ་ཁང་སོགས་བཟོ་བཞོད་ལྟ་བུས་མི་རིམ་ས་པ་རྣམས་མིག་དབང་བསྟུ་བའི་བདུན་  
 མིར་འབྱུར་བར་མ་ཟད།     དེ་དག་རེ་རེའི་ནང་དུ་བཟོ་བོ་མཁས་པའི་འདུ་བྱེད་ལས་ཐོན་པའི་བྲིས་འབྱར་གྱི་ལྟ་སྟེ  
 སོགས་བཟང་ལས་འདས་པ་ཡོད་དེ།     ཡོན་ཏུན་ས་འཛིན་གྱི་ཆེ་མོར་མཐོ་ཆད་ལ་སྟོལ་སྟོལ་བརྒྱན་ཡོད་པའི་མཆོད་རྟེན་ཏ་  
 ཅང་བཞིན་ཆགས་པ་ཞིག་མཆིས་པ་དེའི་བང་རིམ་ལས་སྟོན་བརྒྱན་གྱི་བཞོད་པ་ལ་བལྟས་ཆོ།     ཡ་ཙོ།     སྟོན་བརྒྱན་  
 གྱི་དགའ་ཆལ་ཡོད་དོ་ཅོག་གི་མཆར་སྟུག་གནས་རེ་འདིར་འཕྲིས་སམ་སྟུམ་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་བཟང་དང་ལྟན་ལྟན་ལ་  
 དགའ་སྟོའི་ཆོར་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱ་བ་ཉེ་དོ།     །     དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གྲུང་བྱ་གྱེ།

སྒྲུ་ཆོག་སའཁྱི་ཤིང་གསར་བའི་དགུ་རིས་ཀྱིས།  
མཛེས་པ་རབ་སྒྲུས་སངས་རྒྱལ་ཉལ་སྒྲུབས་ཀྱིས།  
གནས་རིའི་ཚོལ་གྱིས་བབས་པའི་བྲག་སྐུ་ལ།  
བྱམས་སྐུའི་གཟི་བྱིན་ཉི་མའི་དཔལ་ལས་འབར།

དཀའ་སྤྱད་ལས་ཀྱི་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་གྱི།

མཆན་དཔེ་འཇུག་པའི་བྱམས་སྐྱུའི་སྣང་བརྟན་འདི།

དེས་མེད་མགྲོན་རྒྱལ་ལ་གྲུགས་པའི་བྱ་བ་དྲོད་འབར།

ཁོར་ཕྱག་ལྷ་ཤིང་ལྷོན་པའི་འདབ་ཅེ་ཡིས། །

ཕན་ཚུན་ལག་གཏང་སྒྲེལ་བའི་སྒྲངས་སྒྲབས་ཀྱིས།

• 116 •



ཞིང་སྐོར་ཞུགས་པའི་ཕང་ཕུང་གཡོ་བའི་རི་ཞོལ་ནས་ཁ་བའི་གོས་དཀར་བསྐབས་པའི་རི་ཅེ་བར་ཆོས་ལྟེ་དང་རྟེན་གསུམ་གཙུག་ལག་ཁང་སྐོར་པ་བྱས་པ་མཆིས་པ་ནི། རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་ལྷ་ཁང་། སྐུ་རས་གཟིགས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་། ཕྱག་རྟོན་ལྷ་ཁང་། རྒྱལ་མའི་ལྷ་ཁང་། རྒྱལ་ཆེན་བཞིའི་ལྷ་ཁང་། འབྲུག་སྐུ་དགོན་དང་དངས་གསལ་དགོན། བྱི་ལོ་བྱམས་པ་སྐུ་བཅེབས། དཔྱ་བཙམ་ལྷ་བརྒྱ་སྐོར་ལྟེན་བཞུགས་པ་བྱིན་རྟེན་འབར་བ་བརྒྱ་ཕྱག་ལྷ་གྲུ་བཙམ་ཞིང་། དྲང་སྤྲོད་བསམ་གཏན་པར་འོས་པའི་གནས་རི་དེ་ན། སྤྲོད་ལམ་བཞི་ཤོད་གི་སྤྱིལ་བྱ་རེ་རེར་དགོ་འདུན་ནམས་ཆོས་སྤྲོད་བཅུ་ལ་རྩལ་ཅིང་། ལྷ་དང་པར་དུ་བསམ་གཏན་སྐོར་ཏེ་སྐུ་རས་རི་མ་བཞིན་བསྐྱེབས་སོ། །

རི་སྤྲོད་ནས་རི་ཅེ་བར་ནོ་སྤྲོད་ཀྱི་རྒྱལ་མའི་ལྷ་བཞུགས་ཏེ་སྤྲོད་སྐུ་བ་དག་སྤྱིལ་འདྲེན་བྱེད་པ་ནི། ལྷ་ཆེན་ལྷ་སྐོར་བྱེད་པ་དང་མཚུངས་ལ། དེ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱང་མཐོང་དང་འཕྲུལ་ཆས་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་ཁོར་ཡུག་གི་མཛེས་པ་མཐའ་དག་ལག་མཐིལ་གྱི་རྩིས་བཞིན་ཚུར་སྤྲོད་པར་བྱེད་དོ། །

ང་ཆོས་སྤོང་ཐག་བཞིན་བྲེས་བའི་རྩོམ་སྐུ་དང་རི་རྒྱ་ནགས་གསུམ་ཉམས་བག་ཏུ་སྤྲོད་ནས་རི་ཅེ་ར་སྤྱིལ་པ་ན། འཕགས་པ་ཀུན་དུ་བཟང་བོའི་བྱིན་མཐུ་ཡིས་བཀྲགས་པའི་ཡུལ་སྐོར་པ་དང་དད་ལྡན་མང་བོ་སྟོག་ཆང་བཞིན་བརྩོལ་ཞིང་མཆོམས་སྤྲོད་དང་འཇའ་རིས་དུམ་པར་ཆད་པའི་ཁོར་གསེང་ན། མུས་བྱམ་བཞིན་དཀར་བའི་སྤྲོད་དཀར་དང་ན་བུན་དལ་བར་རྒྱ་བཞི་ས་སྤྲོད་གཞིན་ཏུ་འགྱུར་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པ་དང་སྤྲོད་པ་མཚུངས་སོ། །

དེ་ལྟར་མད་བྱུང་དཔལ་གྱིས་ཕྱག་པའི་གནས་རི་འདིའི་རྟེན་གཙུག་ནི། ལྷ་ཆེན་མཆོང་བ་དུག་ལྷ་ལ་བཅེབས་པའི་འཕགས་པ་ཀུན་དུ་བཟང་བོའི་སྤྲོད་བརྒྱན་ལྷ་ཆད་ལ་ཏུ་ལྷེད་པ། བྱིན་སྤྲོད་མཆོང་ཁ་འབར་བ་འདི་ཉིད་ལྷ་མ་མེར་ལྷ་དེ་བཞིན་ཆགས་སོ། རྒྱལ་ཁབ་བྱིན་པ་གི་སྤྲོད་སྐུ་བ་དང་། རྒྱལ་ལྷ་འབྲུག་ཕྱག་འབྲུགས་པར་བྱེད་པས་སྤྱིས་ཆེན་དམ་པ་ཆོས་གནམ་འོག་འདི་ན་སྤྲོད་ཆེན་འགྱུར་རི་ལྷ་མའི་སྤྲོད་པ་བཞིན་བཞུགས་བཞིན་ཀྱི་མེ་རྟོག་འཐོར་བར་བྱེད་རང་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་སྤྲོད་སྐུ་བ་མང་པོ་གནས་རིའི་ཅེ་མོར་ཞག་སྤྲོད་གནང་ཞེ། སྤྲོད་སྐུ་ལྷ་ལྷོ་གནས་ཤོར་བའི་ཉི་གཞོན་ལ་རེ་སྟུག་བྱེད་ཅིང་། ཉི་ཤར་གྱི་མཆོད་སྤྲོད་ལག་བྱུང་གི་སྤྲོད་ར་མཛད་དེ་འདྲ་པར་སྐོར་སྤྲོད་པར་བྱེད་དོ། ། གཞན་ཡང་བཞིན་རམ་སྤྲོད་མཐོང་བཅེགས་པའི་སྤྲོད་ཆེན་འགྱུར་རིའི་སྤྲོད་སྐུ་དང་གསུམ་ན་སྤྲོད་དང་ཅི་ཤིང་། སྤྲོད་དང་རི་སྤྱིས་སྤྲོད་པ། བྱུང་བྱེད་ལྷ་འབབ་ལྷ་དང་ཉིང་ཀ་མཆོད་པ་མཆོད་པ་སྐོར་ལ་སྐོར་པའི་ཕར་ཅེ་ལས་འབྲུག་པ་བཞིན་རོ་མཚར་མད་དུ་བྱུང་ལ། ལྷ་དང་པར་དུ་ལྷ་གྲུ་ཕན་ལྷ་པ་ཐགས་སྤྱིལ་བའི་བར་མཆོམས་ན་སྤྲོད་ནམས་ལྷ་དང་ལྷ་བྱས་ཏེ་སྤྲོད་སྐུ་བའི་རྒྱུ་ཁྲག་དང་ཡོ་བྱང་སྤྲོད་གཤེར་གྱིས་མེད་དང་ཐོལ་འགྲོགས་བྱེད་པ་ནི། དང་བྱུང་གི་རི་སྤྱིས་དང་འགྲོ་བ་མའི་བར་མཐུན་སྤྱིལ་དང་མཛའ་གཙུགས་ཀྱིས་སྤྱིལ་བ་སྐོར་པ་དགོ་མཆོན་སྤྲོད་སྐུ་བ་དག་ལ་སྤྲོད་པས་མཐོང་འདས་ཀྱི་ཆོར་བཅེ་ཡང་ལྟེར་རོ། ། དེ་ལ་འདི་སྤྲོད་ཅེས་ཀྱང་བྱ་ཞེ། །

སྐོར་ཉིས་སྤྲོད་སྤྲོད་པས་འབྲུག་པའི་ཅེད་འཛེའི་ཉམས། ། སངས་རྒྱལ་བྱི་ཡི་བཞི་གནས་ཅི་ན་ཡི། །  
ལྷ་པོའི་ཐོལ་གྱིས་འཕྲོས་བའི་ཡམ་ཆར་ཞིང་། ། གནས་ཆེན་བཞི་ཏུ་བགྲང་བའི་དྲངས་ཅེར་འབོད། །

ཅུ་ཤེལ་མགོན་པའི་ཡུལ་གོ་ལན་སྟོང་དུ།  
བྱིས་ཏེ་གཡུ་ལོ་བཀོད་པའི་ཁོང་གི་ཟླ།  
དད་གསུམ་གོས་དམར་སྟོག་གི་སོར་མོ་ཡིས།  
བསྐྱུགས་བརྗོད་བྱུ་བུའི་བྱུ་ཆ་སྟོན་ལ་འདོགས།

གནག་སྐྱུ་མ་བཤུལ་ལམ་པ་ཏའི་འཕྲུག་རིས་ཀྱིས།  
ས་འཛིན་མདུད་བརྒྱ་བཅེངས་པའི་ཁོང་གསེང་ན།  
གྲོང་ཆོ་ལྷ་ཉིག་སྤངས་པའི་ཕ་ཆོམ་ནི།  
ལྷ་ཤིང་ནགས་མའི་སྟོང་ན་ལྷག་པར་འཁུམ།

ཤེམ་སྐྱུ་གྱིན་དར་གྱི་སྤྱི་རིས་ཅན།  
མིག་ཡངས་ནགས་མའི་སྒྲོས་བྱུ་མ་ལ་ཆགས་ནས།  
བྱུ་གསེན་གཡོ་བའི་གར་དང་ལྷན་གཅིག་ཏུ།  
ཅེན་པའི་ཅེད་དགའ་ས་འདིར་དངོས་སུ་མཐོང་།

སྟོན་མེད་མཁས་པའི་ཁ་ལས་ལུད་པའི་གཏམ།  
བསྐྱུགས་བརྗོད་མེ་ཉོག་གནས་རི་འདི་ལ་བཅེགས།  
དེང་ཡང་དག་རིག་མཁས་པའི་བརྟོད་ཆོག་གི།  
སོར་མོའི་སྒྲོས་གར་འདི་ལ་ཡང་ཡང་འབྲལ།

དགུ་རིས་འབྲེལ་བའི་ལམ་དང་འབབ་ཆོགས་སྤྱ།  
ཡུལ་སྟོར་སྟེ་དགུ་རྒྱ་བ་བཟམ་མེམད།  
སྤྱི་འབྱོར་ཁེལ་གཉེར་བའི་ཞབས་ཁྱུ་མ།  
འབྱོར་ལྷན་མེལ་བྱུ་གཡོག་ཚུལ་གྱིས་འཁོར།

སྐྱུ་ལྷོན་ལག་གདང་སྟེལ་བའི་བར་གསེང་ན།  
རྩོ་སྐྱུ་ཕུ་ཉག་ཐལ་བེས་པ་བཞིན།  
དཀར་གཟར་བྱུ་ལ་བསྐྱུས་པའི་བཤུལ་ལམ་ལས།  
སྟོང་རྒྱ་བུས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུ་གཟེར་སྟོང་།

དཀར་གཟེར་བྱུ་དང་སྟོན་པའི་འདབ་ཡངས་ལས།

མཆོངས་ཤིང་ཤེམ་སྐྱུ་གོ་མས་པའི་སྟེལ་མང།  
གཡུལ་ཤིང་གཡུ་ལོས་བསྐྱུབས་པའི་ཁོང་གསེང་ནས།  
མཆོངས་ཏེ་སྟོངས་སྐྱུ་བཡི་ཁྱུ་མ་སྟོག།

རང་བྱུང་རྩ་བུ་དུང་གི་ཁོག་པ་ལས།  
བརྗོད་པའི་དྲངས་གཅོད་བདུད་ཅིའི་ལྷ་ཆབ་དག།  
ཆ་བས་ཉེན་པའི་ཅི་སྟོན་འདི་ཡིན་ཞེས།  
འབབ་ལྷན་བྱུ་མས་སྟོངས་སྐྱུ་པ་ལ་སྟོན།

ལས་རྒྱུང་སྐྱུ་རྩིས་ཟིན་པའི་བྱུ་གཡོག་ཆོས།  
ལུས་བྱུངས་བྱུང་ཁྱུང་འབྱུགས་འཇམ་གདན་ཁྱིའི་ཉིང་།  
འགའ་ཞིག་དགའ་སྟོན་ཆ་སྟོན་འཆོར་བ་འདིས།  
བསྐྱུ་མེད་ལས་ལ་དེས་པ་རྒྱུ་ནས་ཉིང་།

རང་བྱུང་བྱུ་སྐྱུ་བས་གཞུལ་ལས་ཁང་བཟང་ཉི།  
རྩ་ལོ་མངར་མོས་ལུས་སེམས་སྤངས་པའི་སེལ།  
ངལ་བཅོའི་སྟེགས་བྱུ་གང་ལ་གང་འཆམ་གྱིས།  
ཡུལ་སྟོར་བ་དག་འབོལ་བྱིའི་ཆོར་བ་ཉིང་།

སྟོང་ལོ་གོས་སྐྱུ་མ་པའི་རི་ཐོམ་ན།  
རི་ཅེར་འཁུ་ཐག་སྟོག་གི་གཡོར་གྱུ་ལ།  
བསྐྱུ་དེ་སྟེགས་བཞེད་ཡུལ་སྟོངས་ལ་རོལ་བཞིན།  
སྤྱི་ཅིག་ཡུན་ལ་ས་འཛིན་ཅེ་མོར་སྟེབས།

ཞོ་སར་ཤེལ་གྱི་སྟོན་སྤང་ཤོད་ལ་ལྷུང་།  
འོད་ལུང་རྒྱལ་པོ་སྟོང་རྒྱ་རིས་སྟོང་དུ་འཕྱོ།  
དྲངས་གསལ་ཞོགས་པའི་ཟིལ་བགཏོར་དང་ལྷན།  
ཉེན་བྱེད་རྒྱུ་པོ་བྱུ་གི་མཐེལ་དུ་ལོན།

བཀོད་ལེགས་ལྷ་ཁང་འོད་གྱི་འཇམ་སྟོང་ལས།  
སྟོན་གྱི་སྤང་བོ་འབྱིང་བའི་ཡང་ཉིང་དུ།

གསེར་ཁྱུ་འདབ་བརྒྱ་ཤོད་པའི་གྲར་ཁྱིམ་ན།  
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཀུན་བཟང་དངོས་སུ་མཐོང་།

བསེལ་རྒྱུང་འཇམ་པོའི་རིག་བྱ་ཚུབ་རིག་ཤོད།  
སྒྲིངས་རྒྱ་སྒྲེལ་སྤངས་དག་གཙང་གོས་བསྐྱོས་ཏེ།  
གོམ་པའི་འདེགས་འཛོག་གནས་རིའི་ཤོད་ལ་བསྐྱུར།

དེ་ཆོ་བུར་གསུམ་སྒྲིང་གི་གཏིང་རུམ་ལས།  
འཕྱར་བའི་དགའ་དད་རྒྱབས་ཀྱི་ཐོང་བ་འབྲུམ།  
སྒྲིམ་ཏེ་དགའ་སྒྲིའི་མཆི་མ་འཐོར་བའི་ཚུལ།  
མིག་ལྷེབས་རྒྱལ་མོས་བཀའ་བྱང་གལ་ཁོགས།

གཞུང་ལུགས་ཁྱུ་ཐར་བཅད་པའི་མཁས་དབང་དང་།  
རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་བསྐྱོར་བའི་བསམ་སྒྲོལ།  
མ་བུགས་གནས་རིའི་སྒྲོལ་ལྷུར་འབྱོན་དང་།  
ལུགས་གཉིས་མཁྱེན་རྒྱ་ལྷུང་ལས་ཁྱེད་ལ་ཡངས།

ཁྱི་གདུགས་ཉི་མའི་གོམ་ཁ་རུབ་ལ་སྒྲོལ།

དེ་ནས་ང་ཆོ་བྱི་འདུ་ལྷ་ཡི་གྲོང་ཁྱིམ་ནས་བོད་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ས་མཆམས་རྒྱ་ནག་དར་ཅེ་མདོ་བརྒྱུད་དེ་ཕྱི་དགེ་  
ཚོགས་སུ་བསྐྱོད་པ་ཡིན། སུམ་འདི་ནི་མདོ་ཁམས་སྐང་རྒྱུག་གི་ནང་ཆོན་འབྲི་རྒྱ་ཟེལ་མོ་སྐང་གི་ས་ཆ་ལྟེ། འབྲི་རྒྱ་  
རྒྱུང་རྒྱུང་འབབ་པའི་འགྲམ་དོགས་སུ་བཞིན་ཆགས་ཤིང་། རྒྱལ་ཁབ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡུལ་བསྐྱོར་བ་མང་པོ་གནས་མཇལ་  
དུ་འགྲོ་བ་ཉེ་ཅང་མང་། ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་དུངས་ཞེན་དང་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་གི་དོ་རིང་དངོས་སུ་སྒྲིང་བའི་སྒྲོ་  
དགའ་དང་བཅས། དབྱར་རྒྱ་གསུམ་ཡང་ཁ་བའི་འཚུབ་མ་གྱེན་དུ་འཕྱོ་བའི་གངས་དཀར་ཁྲོ་ལའི་དབུ་ཅེ་ཞབས་  
ཀྱིས་བཅགས་ཏེ། འབྲི་རྒྱའི་རྒྱན་དང་བསྐྱོངས་ནས་གནས་མཇལ་དུ་ཕྱིན་ཆོ། སདེ་ནི་དེ་མཐོ་ལས་གཙང་བ་ལེར་  
རའི་གཡུང་རྒྱུང་གདན་དུ་བྱས་ཏེ་ཆགས་ཡོད་ལ། བོད་ཀྱི་བྱུ་མེན་གྱིས་བཟོ་ཆལ་ལས་སོན་པའི་ཁང་བཅེགས་མང་  
བོད་དང་། ཆོང་བོང་མང་པོ་མིག་ལ་སྤང་བ་ཅམ་གྱིས་བཞིན་མི་ཤེས་པའི་ཆོར་བ་ཞིག་བསྐྱེད། ལྷན་པར་དུ་  
འཕགས་པ་ནི། ཕྱི་དགེ་རྒྱལ་རབས་སོགས་ཤིས་པ་ཆོས་རྒྱལ་བསྟན་པ་ཆོ་རིང་གིས་སྒྲིལ་༡༩༡༩ལོར་གསར་བཞེངས་  
གནང་བའི་ཕྱི་དགེ་པར་ཁང་ཆོས་མཛོད་ཆེན་མོ་བྱ་ཤིས་སྐོ་མང་ནི། ཡུལ་ཁམས་འདིའི་སྤྱིང་ཞོར་དང་འཇམ་གྱིང་  
ཤེས་རིག་ཁྱོད་གཟི་བྱེན་བསྟན་ཡོད། དེ་ཡང་མདོ་ལས།

ལྷ་བརྒྱུ་ཐ་མར་ལྷུར་བ་ན། ། ང་ནི་ཡི་གེའི་གཟུགས་སུ་གནས། ། ང་ཡིན་སྟམ་དུ་ཡིད་བྱོས་ལ། ། དེ་ཆོ་  
དེ་ལ་གྲས་པ་བྱོས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་ཞལ་སྒྲིན་གསུང་ཉེན་གྱི་རྣམ་པར་ཤར་བའི་  
ཤིང་པར་མང་པོ་བྲག་རི་བཞིན་བཅེགས་པ་མིག་གི་མཐོང་ལམ་དུ་སྤང་བ་ལྟེ། ཁྱོད་བསྐྱོངས་ཉིས་འབྲུམ་ཆེག་ཁྱི་  
བདུན་སྟོང་ལྷག་དང་། དེ་ཡང་ལྷེབས་རིང་ལྷེབས་འབྲིང་ལྷེབས་སྤྱང་བཅས་དང་། གཞན་ཡང་ལྷ་དང་རི་མོའི་  
པར་ཤིང་མང་པོ་ཉར་ཆགས་བཀྱིས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཚུགས་སུ་མ་རྒྱུང་བའི་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་མཁས་དབང་  
རྣམ་པའི་གསུང་རབ་གསེར་གྱི་ཐང་མ་བཟུལ་བ་འདི་དག་མཐོང་ན། ཕྱི་དགེ་ཞོར་འཛོན་འདིར་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་  
ཀྱི་ལུ་ཏིག་མཆོན་སྟན་འཐོབ་པ་དོན་ལ་གནས་པ་རྟོགས་སུ་བ། གནའ་བོའི་བཟོ་ཆལ་ལས་སོན་པའི་བོད་ཀྱི་བྱུ་མེན་  
ཀྱི་སྒྲིལ་ཞོར་དམ་པ་ཤིང་དཔར་འདི་དག་ནི། རིགས་ཆེན་པོ་གསུམ་དུ་བྱས་ཏེ་གཟིགས་ན། རིགས་དང་བོ་ནི་ནང་  
བསངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་བཀའ་བསྟན་འཕྱར་རོ་ཅག་དང་། རིགས་གཉིས་པ་ནི་སྟོན་བྱེད་སྒྲིམ་ཆེན་དམ་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་བཅམས་གནང་མཛད་པའི་གསུང་འབྲུམ་ཁག་དང་། རིགས་གསུམ་པ་ནི་བྱུ་མེན་རིག་གནས་གསོ་རིག་  
སྟན་ངག་དང་མདོན་བཞིན། ལྷེབ་སྒྲིང་དང་རྒྱོས་གར་ཅིས་གཞུང་སྐོར་ཡིན་ལ། བྲག་རིའི་གཏོས་དང་མཉམ་

པའི་ཆོས་མཛོད་ཆེན་མོ་འདི་མིག་གི་ཡུལ་དུ་སྒྲུབ་བས་མྱུར་བོད་མི་རིགས་དང་། སྐོས་ལྟེ་དགའི་ཡུལ་ཁམས་ཀྱི་སྤྱི་  
བོད་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་སྤྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ ལག་རྩལ་དང་འཛུལ་རུས། རྒྱ་རྩལ་གྱི་སྤྱི་བརྟན་གསོན་པོ་ཞིག་མི་རྒྱལ་གྱི་  
སེམས་ལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་པར་མ་ཟད། བདག་སྤྱོད་ཕྱི་དོ་ལྟེ་དགའི་ཆོས་རྒྱལ་རིམ་བྱོན་གྱི་མཛད་རྒྱུ་ལ་དང་དམ་ཤུགས་  
ཀྱིས་མྱུར་དུ་ཞིག་ཕྱི་དོ་དགོས་པ་ལྟར།

དེ་ཡང་ཆོས་རྒྱལ་བསྟན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་གིས་སྤྱི་ལོ་ ༡༢༣༢ ལོར་ཤིང་པར་བསྐྱོད་པའི་དབུ་ཚུགས་ལྟེ་རྒྱལ་བའི་  
བཀའ་འཁྱུར་རྩི་ཅག་དང་། དེའི་རིགས་སྤྱོད་དམ་པ་སྤྱོད་ཀྱིན་དགའ་འཕྱིན་ལས་རྒྱ་མཆོས་བསྟན་འཁྱུར་པར་  
བསྐྱོད་ཀྱིས་དགའ་ཀྱི་འཕྱིན་ལས་བསྐྱུངས་པ་དང་། དེའི་རྒྱུ་དཔོན་མོ་ཆེད་བའ་ལྟ་མའི་དུས་སུ་རྒྱུ་མཚན་འབྱུང་  
དང་། ཀྱིན་མཚན་འཛིགས་མེད་སྤྱིར་བའི་གསུང་འབྱུང་པར་བསྐྱོད་མཛད། ཆོས་རྒྱལ་འཆི་མེད་ཉག་པའི་རྩི་རྒྱུ་  
སྤྱོད་ཐབས་ཀྱིན་བདུས་སོགས་དང་། ཆོས་རྒྱལ་ཡང་འཆི་མེད་རྩི་རྒྱུ་ལས་རྩི་ཅོང་ཁ་པ་སྤྱོད་བཟུང་གསུང་པའི་  
དཔལ་གྱི་གསུང་འབྱུང་། ལོ་རམ་གསུང་འབྱུང་། རོང་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་གྱི་གསུང་འབྱུང་སྟོན། གཡག་སྟོན་སངས་  
རྒྱལ་འཕེལ་གྱི་གསུང་སྟོན། རོང་ཆེན་ཀྱིན་དགའ་བཟུང་བའི་གསུང་འབྱུང་། ས་སྤྱོད་ལམ་འབྱུང་སོགས་པར་དུ་  
བསྐྱོད། ལྟ་སྤྱོད་ཆེད་བའ་བདུད་འབྱུང་རྩི་རྒྱུ་ལས་ལམ་གསུང་འབྱུང་དང་། སྤྱོད་བསྟན་ཆོས་ཀྱི་གསུང་པའི་  
གསུང་འབྱུང་སོགས་པར་དུ་བསྐྱོད། གཞན་ཡང་ཕྱིས་སྤྱོད་མར་ལྟར་བའི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱིས་བཀའ་རྩི་ཅོང་  
མོར་བྱུང་བའི་དང་འབྱུང་། གཟུངས་འབྱུང་། མདོ་ལྟེ་སྤྱོད་བཟུང་། བརྟན་སྟོན་བ། གཏོག་གསེར་གསུང་  
སོགས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འཁྱུར་ལས་ཉེར་མཁོ་ཆོས་ཆེན་མང་པོ་དང་། རྒྱ་ཆེད་བཟོ་གསོ་སོགས་རིག་གནས་སྟོན་  
དང་། ལོ་རྒྱུས་དང་རྒྱུ་ཐབས། ཆོས་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་ཐབས། ཆོག་ཕྱག་བཞེས་སོགས་རི་སྟེང་པ་ཞིག་བསྐྱོད་གནང་  
མཛད་ཡོད་པ་དང་། དེར་སྤྱོད་ཀྱི་རིན་ཆེན་གཉེར་མཛོད་སོགས་ཡིག་གཟུགས་མཛེས་ལ་པར་བྱས་དང་སྤྱོད་ཀྱིས་  
ལེགས་པ། པར་ཤིང་གཏིང་ཟབ་ཅིང་གཡུ་མཉམ་པ་སོགས་ཤིང་པར་རྒྱལ་སྤྱོད་རི་ཆེད་དང་སྤྱོད་ལེགས། སྤྱོད་  
སྤྱོད་ཆོག་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟར། འཛུལ་སྤྱོད་རིག་གནས་ཤོད་འོད་སྤྱོད་འབར་བཞིན་ཡོད་པ་མཐོང་བྱུང་། ལྟར་པར་  
དུ་ལྟེ་དགའི་པར་ཁང་ཆེན་མོ་བཀྲ་ཤིས་སྟོན་མང་རྒྱུ་ལྟེ་དགའི་པར་དུ་ལྟེ་དགའི་ལྟེ་དགའི་ལྟེ་དགའི་ལྟེ་དགའི་  
བཞེངས་པའི་མཆོད་རྟེན་ཆེན་མོ་དང་རིན་ཆེན་དབུ་ལས་བྱིས་པའི་བསྟན་འཁྱུར་སྤྱོད་ལས་བཟུང་དང་བཟུང་།  
མཐོང་ཤོག་ལ་གསེར་བྱིས་གནང་བའི་བཀའ་འཁྱུར་སྤྱོད་ལས་བཟུང་དང་བཟུང་བཟུང་དང་། གཞན་ཅན་དན་  
དམར་བོ་ལས་སྤྱོད་པའི་སངས་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཅམ་པ། ཅན་དན་དམར་བོའི་ཕྱེ་མའི་ལྟེ་ལས་སྤྱོད་པའི་  
སངས་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཅམ་པ། ཅན་དན་དམར་བོའི་ཕྱེ་མའི་ལྟེ་ལས་སྤྱོད་པའི་སངས་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་།  
གསེར་བཟུངས་ལས་སྤྱོད་པའི་རིན་ཐང་གཞལ་དུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱལ་སྤྱོད་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་གཟུགས་དང་། གཞན་ཡང་  
བཟོ་རྩལ་རི་མའི་སྤྱོད་ལས་བཟོ་བཟོ་ཡིག་ལྟར་ལྟུགས་སྤྱོད་ལྟེ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟེ་སྤྱོད་ལྟེ་སྤྱོད་ལྟེ་སྤྱོད་ལྟེ་སྤྱོད་ལྟེ་  
དང་། སྤྱོད་གསུང་ལྟུགས། གཞན་ལྟེ་ལྟུགས་བཟུང་བཟོ་རྩལ་སྤྱོད་ལྟེ་མང་མ་ཡིན་པ་འདིར་ལྟེ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
ཀྱི་འབྱུང་གནས་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་བྱིས་ལས་སྤྱོད་བཟུང་དང་བསྟན་བཟུང་ཀྱི་དབུ་སྤྱོད་ བཟོ་མཆོག་སྤྱོད་ལྟེ་རིང་གི་  
སྤྱོད་བྱིས་མཛོད་བཟུང་བྱུ་ཐབས། གུ་རུ་མཆོན་བཟུང་། འཛིགས་པ་བཟུང་སྤྱོད་སོགས་སྤྱོད་ལྟེ་དང་དགའ་བ་  
དག་དང་། བཟོ་མཆོག་དེའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ལྟེ་རིང་ལྟེ་འཛུལ་དབུངས་ཀྱིས་བྱིས་པའི་རོང་ལྟུགས་དུ་ལྟེ་ལྟེ་བཟུང་  
ཀྱི་ལྟེ་ཐང་། རྒྱལ་བསྟན་ཡང་དར་གྱི་སྤྱོད་ལས་ཐང་ལྟེ་ཆེད་བའ་གིས་བྱིས་པའི་གནས་བཟུང་བཟུང་དབུ་ལྟེ་ཐང་

ལྷེབས་ཉེར་གསུམ་པ་དང་། སྤྱབ་བརྒྱད་ཤིང་ཉ་བརྒྱད་ཀྱི་ཞལ་ཐང་། མཚན་བརྒྱད་རྗེ་འབངས་ཉེར་ལྷེའི་དགུ་  
ཐང་སོགས་ཐང་ཀའི་སྐོར་དང་། རིན་ཆེན་གཉེར་མཛོད་ཀྱི་ཅ་ཀའི་སུམ་སྟོང་བདུན་བརྒྱ་ལྷག་བཅས་ལྷེབས་ཆེ་ཆུང་  
དུག་སྟོང་ཉེ་བ་དང་། གཞན་ལྷེབས་རེས་སོགས་བྱད་མཚར་ལྷན་པའི་ཐང་ཀའ་མང་བོ། བྱད་པར་དུ་ཤིང་པར་གྱི་  
ཐང་ཀའ་བརྒྱ་དང་གོ་གཉིས་བཞུགས་པ་ནི། མིག་གི་བདུད་ཅི་དང་རང་ཅག་གི་སྤྱོད་རྒྱ་ཡོད་དོ། ། གཞན་  
ཆོས་མཛོད་ཆེན་མོའི་བར་བྱམས་དང་སྟེང་འོག་ཀྱན་དུ་ད་ལྟ་འང་ལས་ལ་བཙོན་ཞིང་གཤིས་རྒྱུད་དྲང་བའི་བོད་མི་ཀྱན་  
གིས་གནའ་བོའི་བཙོན་ཅལ་གཞིར་བྱས། ལྷག་ལས་རྒྱུན་མེ་ཆད་པར་གནང་བ་འདི་ལྟ་སྟེ། ཤིང་པར་ཉམས་གསོ་  
བྱེད་པ། པར་ཤིང་བསྐྱ་བ། པར་རྒྱག་པ། མཚལ་ཆེན་སྦྱར་བ། སྒྲིགས་བྱ་བཙོན་བ། དཔེ་ཆ་སྟེལ་འདྲེན་  
བྱེད་པ་སོགས་འདུ་འཛིན་ཡོལ་རྒྱུན་མེ་ཆད་པར་གནང་བ་དང་། དེ་ཡང་རྒྱུ་ཡོང་གོང་ལ་རགས་དང་། དག་  
མཡོང་གོང་ལ་བྱོན། ཞེས་པ་ལྟར། ཆོས་མཛོད་ཆེན་མོར་མེད་གསུང་བའི་ཆེད་དུ། དེང་རབས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲོན་  
ཅམ་ཡང་མི་སྤང་ན་ཡང་། རང་རང་གི་བྱ་ལས་གཉེར་བ་ལ་བརྟན་པ་བསྟེན་དོ། ། དེ་ལས་གཞན་དད་ལྷན་མེར་  
སྤྱ་ཀྱན་གིས་ཉིན་མཚན་ཁོར་མོ་ཡུག་ཏུ་ལྷག་སྐོར་སོགས་རྣམ་དཀར་གྱི་ལས་ལ་འབད་ཅིང་། ལྷོ་ནང་གི་ལྷོངས་རྒྱ་བ་  
མང་བོ་རང་བྱུང་མཛེས་ལྷོངས་ཀྱིས་ཡིད་འཕྲོག་ཏེ། རང་རང་གི་སྐད་ཀྱིས་ཡན་ཚུན་ངོ་སྦྱོང་དང་བསྟོན་བྱེད་དོ། །

དེ་ལྟར་ལྷེད་གེ་སྟོང་བརྒྱད་ཀྱི་བཟེད་པལ་བཉམས་སུ་ཐུང་མཐར། བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་སྒྲིགས་བམ་  
རི་བོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་ཞིག་སྒྲིག་ཏེ་རེབ་གོང་ཤེས་རིག་སྒྲིང་ལ་ཆས་སོ། ། དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བྱ་སྟེ།  
ཁ་ཆར་བྱ་ཡུག་དར་མའི་སྐྱེ་ཡིས། ས་འདིར་མཁས་དང་བྱ་བ་པས་མགོན་གཅིག་གིས།  
འཇིགས་སྟེར་གངས་དཀར་ཁྲོ་ལའི་མཛིང་བ་ལས། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལྟ་གཞིའི་སྤྱུ་བསྟན།  
བརྒྱད་དེ་དཀར་གཟུང་བྲག་གི་འཕྲང་འགག་མང་། བྱད་པར་ལྷོངས་འདིའི་མེད་བང་རིམ་བྱོན་གྱིས།  
བརྟོལ་ན་ལྷེད་གེ་སྟོང་ལྟོ་གྲོང་བྱེད་མཐོང་། མཛོད་རྗེས་ཁ་བདཀར་པོ་སྤངས་པའི་ཆུ་ལ།  
འབྲི་རྒྱའི་ལྷ་དཀར་མཁའ་ལ་འཁོར་བའི་འགམ། ས་ཆེན་འདི་ལ་ལྷ་བའི་དགེ་མཚན་རིས།  
གཡུང་དྲུང་གདན་དུ་བཉིང་བའི་ཚོར་འཛིན་མོར། དུན་ན་དད་གསུམ་བསྟན་བསྟན་ཏུ་འཕྱོ།  
བཙོན་བཀོད་ལྟ་སྤྱུག་པའི་ཁང་བཙེགས་མང་། བྱད་པར་ལྷོངས་འདིའི་མེད་བང་རིམ་བྱོན་གྱིས།  
མཐོ་རིས་རྒྱ་སྐར་ས་ལ་འཕྲོས་པས་མཚོན། དེ་ལྟར་ལྷོངས་རྒྱའི་གཏམ་གྱི་ཉིན་མོ་འདི།  
ཡེ་མ་ལྷ་རིག་གམེར་གྱི་ཐང་མའི་དཔྱ། དེས་མེད་གོང་བྱེད་འགྲིམས་པའི་ཡུལ་བསྐོར་བ།  
པར་ཤིང་བོལ་གྱིས་བརྒྱལ་བའི་དགེ་མཚན་གྱིས། མཁའ་ལྷོང་མིང་གིས་ཡང་ཡང་བསྟན་བའི་ངོར།  
སོར་མོའི་རྒྱས་གར་སྒྲིགས་བྱའི་ངོས་ལ་བསྟར། །

# ཕྱི་དགོ་ལྷ་ཡི་དཔལ་ལྷུང་ལ་མཇལ་སྐྱོར་དུ་བྱིན་པའི་གཏམ།

ཇ་ཉ། (ཕྱི་དགོ)

གངས་ལྗོངས་ཆོས་མཛོད་ཕྱི་དགོ་པར་ཁང་ཆེ།  
མཇལ་བའི་བྱིན་མཐུས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ།  
རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་མཆོག་ལ་མཇལ་སྐྱོབས་པ།  
ཅ་བརྒྱད་སྒྲུབ་ཆོག་གིས་སྒྲོངས་ཤོག་མཛོད།  
བསྐལ་བཟང་སངས་རྒྱལ་སྐྱོང་གི་བྱིན་མཐུས་ལས།  
ཤེལ་གྱི་མཆོད་རྟེན་གངས་དཀར་པོ་དཀྱིལ་ལ།  
མི་འདོད་རིགས་ཀྱི་དྲི་ཅམ་མི་བྱོལ་བ།  
དཀར་པོ་དགོ་བའི་སྒྲོང་བས་བྱུང་ལྟར་ཅིག།  
ཕྱི་དགོ་ལྷ་ཡི་དཔལ་ལྷུང་མཇལ་བསྐྱོར་དུ།  
བྱིན་པའི་གཏམ་ཐུན་ཅི་བཞིན་སྤྲུག་བྱས་ལ།  
འགོད་ཆེད་གོ་བཅུ་དར་བའི་ཕྱི་ཆེན་གྱི།  
ཆོས་རྒྱལ་སྐྱེ་བའི་རིམ་པས་ཁའི་ན་མཛོད།  
ཁ་བའི་ལྷ་ན་པོ་ཡིད་འོངས་བཞིན་ཆགས་ཤིང་།  
གངས་ཆབ་གཡུ་ཡི་ཉིང་ཁུ་མཁའ་དུ་འཕྱོ།  
ཆང་ཆིང་གཡུ་ཡི་ཆུ་ཤིང་བར་མེད་དཀྱིགས།  
འཆི་མེད་དགའ་ཆལ་ཡུལ་འདི་ལྷོགས་སུ་འཕོས།  
རང་བྱུང་བྲག་གི་རི་བོ་བང་རིམ་མཐོ།  
རི་སྐྱོད་ལམ་ཐུན་སྐྱོ་མོ་གྲུ་ལྟར་ལྡན།  
དྲངས་པའི་རྩ་ཆབ་ཐེལ་མས་སྒྲན་སྒྲོག།  
འདབ་ཆགས་འཛོལ་མོ་སྤྲུག་གིས་འཕུར་ཤིང་བྱེད།

དམར་མདངས་ཆོན་ཅི་བརྒྱན་པའི་ནང་བྱིན་དེ།  
དར་གུར་མཁའ་ན་སྐྱོད་པའི་གཤམ་ན་མཛོད།  
ཉལ་འགྲོ་བའི་སྤྱོད་འཕྱུགས་ར་བའི་ཁྲོད།  
ཕྱི་ཆེན་དགོ་བའི་ལང་ཆོད་བྱིད་ལ་གཏམས།  
ཅི་མོག་ན་མ་དུ་འཛོང་པའི་འཛོན་མའི་དབུས།  
རྒྱ་སྐར་འབྲུམ་ཆོག་མཛོད་པའི་ཁལ་རས་ཀྱང་།  
སྤྱོད་པའི་སྐལ་བ་ཤིན་ཏུ་ཐ་བས་ན།  
ཕྱི་དགོ་ལྷ་ན་རྒྱུ་རྒྱུ་མིག་སྐར་ཆེན་འདྲ།  
དགོ་བཅུ་བཅུ་དར་དཔལ་གྱི་ལྷ་ལྷུང་དེར།  
གངས་ཅན་ཆོས་མཛོད་ཕྱི་དགོ་པར་ཁང་ཆེ།  
བཞིན་པའི་བྱིན་མཐུས་ཡུལ་དེར་བཅུད་ཆགས་པའི།  
འབྲུ་དུག་སྤྱོད་པའི་ཕྱང་པོ་རྒྱས་ཤིང་མང་།  
ནམ་དཔྱོད་པད་མོ་དམ་ཆོས་ཉི་མ་ལས།  
ཐོགས་བཅུར་བཞད་པས་ལྷགས་གཉིས་རྒྱ་ཆེན་དོན།  
འབད་མེད་ལྷ་ན་གྱིས་འབྲུབ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྩེ།  
བརྒྱན་པ་ཆེ་རིང་བྲགས་ལས་པར་ཁང་འཕྱུངས།  
ཤུག་པ་བརྒྱན་པ་དྲི་མེད་དཔག་བསམ་ཤིང་།  
འདི་བྱི་དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་ཆར་དུ་བསྐྱེལ།  
རིས་མེད་བརྒྱན་འཛོན་སྤྱོད་པའི་སྐྱོ་བརྒྱན་སྤྲུགས།  
ལྷ་པོར་ལྷ་ན་མེད་མིག་གི་དབྱིད་དུ་བརྒྱམས།

འགྲོ་བ་འཁོར་བའི་མཆོལ་སྐྱོལ་བའི་དཔོན།  
 གྲུབ་ཆེན་ཐང་རྒྱལ་བཞུགས་པའི་ལྷ་ཁང་བཅས།  
 ཇི་བསུང་གདུག་སྤྲོས་མར་མེ་ཡོན་ཆབ་སྐོང་།  
 སྤྱི་བགཉིས་བསམ་བའི་མགོན་དུ་ལྷ་མ་མེར་བཞུགས།  
 རིས་མེད་གྲུབ་མཐའི་བཀའ་དང་མདོ་རྒྱད་སྟགས།  
 འབྲུལ་མེད་བཞོས་པའི་པར་ཤིང་བྲི་འཕང་དག།  
 བག་རི་རྩུན་པོ་རི་བཞིན་ཉམས་མེད་དུ།  
 ཤར་ཤར་བསྐྱེགས་འདི་དད་ལྷག་འབྲུལ་བའི་ཞིང་།  
 ལེ་བྲིའི་མདངས་འཛིན་བགམ་མཛོན་པར་མཐོར།  
 པན་མཇའ་སྤྱག་ནག་ཇེ་ལ་ཆར་འཁྲིགས་འདྲ།  
 བསྐྱལ་བ་བརྒྱལ་བ་ཐེན་ཀྱང་ཟད་དཀའ་བའི།  
 གོར་མོ་རྩོག་ཅལ་བསྐྱེགས་པའི་བསྐྱོར་ལམ་བདེ།

དད་པའི་རྒྱ་ཡིས་བསྐྱལ་བའི་སྤྱོད་དག།  
 ལྷགས་ནི་ངེས་མེད་གནས་མཆོག་འདིར་འདུས་ཏེ།  
 ལྷག་བསྐྱོར་སྤྱི་བསྐྱུངས་བྱ་བས་དུས་འདའ་ཞིང་།  
 ཆོ་འདིའི་དམིགས་པ་དག་པའི་ཞིང་ལ་འཕེན།  
 ཁོར་ཁོར་ཡུག་སྤྲན་རྩ་ཆུ་ལྱིས་བརྒྱན།  
 ཇི་བཞོན་བྲུ་མོས་བསུང་ངད་གྲོང་ལ་བྱིར།  
 བྲིམ་འཛིན་ཡུལ་མས་གསོས་པའི་མེ་ཏོག་གིས།  
 རྒྱང་རིང་གནས་བསྐྱོར་པ་ལ་འཇུག་ཞལ་ངོམ།  
 བསེལ་སྤྲོངས་མདོ་ཁམས་ལྗེ་དགེ་རྒྱལ་པོའི་གཞིས།  
 རི་བཞིན་མིག་གི་མཇལ་སྐྱལ་མ་མཆིས་ཀྱང་།  
 རང་བྱུང་སྤྱིང་གི་དྲན་རྣལ་ལྷག་བྱིས་ལ།  
 འགོད་པ་འདི་ཡང་མི་བཟེད་ཐོ་རྒྱུང་ཞིག།



# སྒྲུབ་ཆེན་འབྲིང་རིན་མཆོལ་བའི་མཐོང་ཐོས།

ཨ་མུའ་བཟུང་སྒྲོ་ཤོས། (ཟི་མིང་)

ཞོགས་པའི་མཁའ་དབུགས་གཙང་མ་རྒྱལ་པས་ལྷན་པའི་དགའ་ཆོར་བས་བྱུང་།  
བྱ་དང་བྱེད་ཀྱི་གཞི་དབྱངས་ཀྱིས་རྒྱུ་རིང་པ་ཡུལ་དུ་སྒྲོང་བྱས།  
གསེར་མདོག་ཉི་མ་མཁའ་ལ་འཕགས་ཀྱང་འོད་མདངས་དུད་སྤྱོད་སྤྱོད་པོས་བསྐྱེད་སྤྱོད།  
རྒྱང་སེལ་ཁོར་ཕན་ཚུན་བཤོད་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་གནས་པའི་ཤར་འདྲིའི་ལྷོང་འཇག་འཕྲོག།  
མིས་བསྐྱོས་རྒྱ་ལྷང་ཤིང་ལ་བཟུང་བ་ཉེན་ཚེན་དམག་དབྱང་བསྐྱེད་དང་མཆོངས།  
ལོ་མ་སེར་པོ་ཐུག་བཞིན་འཐོར་བ་ནམ་ཁྱེད་ལྷོ་ཁར་མཆོངས་ན་ཡང་།  
དཀར་དམར་ཁྲ་གསུམ་མེ་ཉོག་བཞད་པས་དབྱར་གྱི་རྒྱུ་པ་ཤུར་སྤྱོད་པོ་རྒྱ།  
བརྒྱུད་ཐབས་བྲལ་བའི་གནས་འདྲིའི་སྤྱོད་ཚུལ་དུ་པའི་ཡུལ་ནས་བརྒྱུད་པར་དཀར།  
སྤྱོད་དཀར་བའི་བཤེས་པོ་འགའ་རེ་ཞོར་པའི་ལྷན་ཚུལ་སྤྱོད་པ་བཤེས།  
དད་པས་བསྐྱེད་པའི་དགེ་བསྐྱེད་འགའ་རེ་ཕྱག་སྐོར་སྤྱོད་པའི་བཤེས།  
ལས་མེད་དལ་སྤྱོད་ཕྱེད་མཁན་ཁོ་བོའི་སྤྱོད་ཆོག་ཐར་ཐོར་ཤོག་ངོར་བཤོད།  
ལྷང་མཐུལ་དོག་ལ་རྒྱ་ཁིང་རྒྱང་བའི་ཤིང་གི་ལས་གསེན་སྤྱོད་པ་བཤེས།  
རིང་མ་གཟུང་ལ་བཤོད་པར་དཀར་བས་རྒྱང་སེལ་ཁོར་ཕན་གསུང་དུ་འཕྱུར།  
བསེལ་རྒྱང་རྒྱ་ཁིང་ལས་ཐག་རིང་བས་མཐོན་པོ་མར་ཆེར་གཉིད་ཀྱིས་བཤེས།  
སྤྱོད་རྒྱང་སེལ་ཁོར་སྤྱོད་ཁང་ནས་རེ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་དེ་བསྐྱེད་ལྷན།  
རྒྱང་བས་སྤྱོད་དང་ཁྲོགས་ལ་བཞེན་པ་དབྱང་ཐག་འཕྱུལ་གྱིས་འཕྲོ་བ་སོར།  
འཕྲོར་བ་བཟང་ཞན་ན་ཆོད་ཀྱང་གཞོན་སོ་སོའི་ཐོབ་དང་རིམ་པ་ལྟར།  
དད་དང་འདུན་པའི་ཐལ་མོ་སྤྱོད་བཞེན་ཁྱད་འཕེལ་གནས་ཀྱི་ཡང་ཆེར་སྤྱོད།  
རྒྱང་བའི་འོག་ན་དལ་གྱིས་རྒྱ་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་ཤི་ལྷན་འགྲན།  
གསེར་འོད་འཕྲོ་བའི་སྤྱོད་དབྱང་དང་ཤི་གནས་བཟུང་བཅུ་དྲུག་ལ་སོར་པའི།  
བྱང་སེལ་སེལ་པའི་སྤྱོད་བཟུང་དག་གིས་ཆོས་དད་པ་ཡིས་ཡིད་འཕྲོག་ཀྱང་།  
བཟུང་བཅུང་རིན་རྒྱལ་སེལ་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་མཁན་སྤྱོད་ལྷན་དེ་དག་གིས།  
གདུག་རྒྱུ་བྱེད་པས་ཡུལ་སྐོར་བ་ལ་དོག་མི་བདེ་བའི་ཆོར་བཤེས།  
འདི་ན་འདི་དང་འདི་ཞེས་ཡོང་ཆད་གསལ་བར་འབྲི་བར་མཐུས་ཀྱང་།  
རང་གི་མཐོང་ཐོས་ཐོས་ཐོས་བཞེན་གྱིས་པར་གནས་འདྲིའི་བདག་པོ་སྤྱོད་པ་མཐོ།  
ལེན་བྱས་བསོད་ནམས་རྒྱུང་ཅམ་སྤྱོད་ན་དེ་ཡིས་སྤྱོད་པས་ཀྱི་ནམ་འཆོའི་བར།  
རྒྱ་གཟུང་པའི་ཤོགས་དང་བཤོད་ནས་རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་བསྐྱོར་བྱས་ཤོག།



# སྐུ་མཁའ་ཁྱེད་ལ་གྱུ་ལྷ་ཡོད།

གཉན་འཇུག་དཀར། (མེ་ཅིན)

0

དབྱངས་ཉ་ཙམ་མཁན་ཆོས་རང་ཉིད་ལ་གཅེས་སྤྱད་པས་པོར་ཟིན་པའི་གདངས་ཀྱི་ཡང་སྤྱོད་སྤྱོད་ལོ་ཁ  
 མས་དང་ཉན་ཏུ་རྒྱུད་གིས་ཟགས་སོང་། ཅོང་ཁ་པ་བདག་གི་མི་ལམ་ལ་ཕེབས་ཏེ་“ངས་སྤྱོད་ངག་རིན་ཆེན་ནམ་  
 གསུམ་གྱི་གསུམ་གྱི་གདངས་པ་སྤྱད་ལོག་ཁ་མས་ཀྱིས་ཤེས་ཀྱིན་མེད་པ་འདྲ” ཟེར། བདེན་ཏེ་སྤྱོད་ངག་ལ་དགག་སྤྱབ་  
 གནང་མཁན་མཆོད་མོར་མལ་ཁྱིའི་སྤྱོད་འདྲིང་པ་སྤྱོད་མཁན་ལས་མང་བས། མཐོ་བོད་ན་“སྤྱོད་ངག” གོ་ས་རྒྱུ་  
 བའི་“ལ་བོང” སྤྱོད་ཏེ་མར་ཁྱེ་ཡོད། སྐབས་དེར་སྤྱོད་ཆང་ལོ་རྩ་བ་ལྟ་བུའི་ན་གཞོན་སྤྱོད་སྤྱོད་པས་ཅན་ཞིག་གིས་ཨ་  
 མའི་ཕུ་བྱང་ལ་འཇུག་ཏེ་རྒྱ་སྐར་གྱི་གདངས་ཀ་ཙམ་སོང་ཟེར། ངས་འདི་ཉན་སྤྱོད་ངག་གི་གཞུང་ལུགས་འབྲི་བཞིན་  
 པའི་སྐབས་ལ་གནང་མཁན་ཟེ་ལིང་ན་སྤྱོད་ཆེན་འགྲིམས་བཞིན་པའི་མི་དབང་ལྟ་མོས་འཕྲིན་པ་བཏང་འོངས་ཏེ།  
 “དྲན་གདུང་གིས་བཟི་བའི་ང་ལ་ཕྱི་མིག་ཅིག་གནང་རོགས། ཁེར་རྒྱུ་དུ་ལུས་པའི་ཁོ་མོར་སྤྱོད་གཏམ་ཞིག་གསུང་  
 རོགས། ངའི་བདག་པོ་ལགས” ཞེས་དུང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུང་འབོད་གནང་གིན་འདུག

1

སྤྱོད་བ་བན་བྱུང་གྱི་རོགས་ནས་ཁེར་རྒྱུ་གི་མཆོད་མོ་འཇུག་ཐང་ཐང་གིས་བསྐྱུལ་སྐབས། སྤྱོད་ངག་གཞོན་  
 ཏུ་མ་ཞིག་གི་གོ་མ་སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་རྩ་བར་སེམ་འོངས། གར་མཁན་མ་ཞིག་གི་སྤྱོད་པུམ་ཇི་བཞིན་མིག་ལ་མཛེས་ཡང་།  
 དེ་ནི་དུངས་ཀའི་དྲ་རྒྱ་ལས་ཐར་མ་བྱུང་པའི་ཉ་མོ་ཞིག་གི་མིག་བྱང་དང་འདྲ། བག་ཆགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆལ་ལས་  
 འབྲུངས་མ་བྱུང་པའི་མེ་ཏོག་ཅིག་གིས་བོད་དང་མཆུངས། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་ངག་གི་རི་མོའི་ལམ་ནས་མི་སེམས་  
 སྤྱོད་བྱུང་པའི་《གཅེར་བུའི་སྤྱོད་བརྟན》 ཞིག་འབྲི་བཞེད་ས་བྱེད་བྱུང་ཆོ། ཁོ་བོས་ཁྱོད་ལ་སྤྱོད་ངག་གི་བཅའ་པོར་  
 གསོན་ཤུགས་རྒྱས་བྱེད་ཀྱི་QQསྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཤིག་གསར་གཏོད་བྱས་ཆོག་ལ། རི་བོ་ཉི་མ་ལ་ཡོད་དུ་ཅེ་ནས་གདེངས་  
 འཛོགས་ཀྱི་རྒྱུང་ཉ་གལེར་སྤྱར་ཀྱང་ཆོག མཛེས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་ཏེ་མིར་བས་ཀྱི་ལྟ་དབང་ལགས།

2

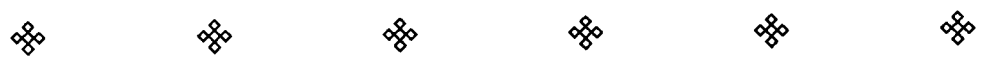
ཉེ་སྤྱོད་བདག་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་བཞིག་གིས་“གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་ཁོང་ན་མཛེས་མོ་གཉིས་ཡོད་ཆོ། ནམ་  
 ཞིག་གཅིག་ནི་སེམས་ཁོང་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་འབྱུང་མཁན་ཡིན་ངེས” ཟེར། སྐབས་དེར་སྤྱོད་བྱུང་ཏུ་ཁོ་བོས་ཉེད་པ་ནི་  
 བཅེ་དུང་གི་མཛེས་ཉིག་སྤྱོད་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འབྱུང་ཁྱེན་ལ་དཔྱད་པའི་རིགས་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། བཅན་པོ་དུ་ལུ་  
 དང་ཁྱི་རལ་བ་ཅན་གྱི་བསམ་སྤྱོད་བར་ཐག་དང་བཞུར་རྒྱུ་རིང་པའི་སྤྱོད་ཀར་གྱི་སྤྱོད་ཆེན་དེ་ལགས།

སྤྱོད་ཆལ་གྱི་དབྱངས་འགྲོས་ལས་འཛོར་བའི་མེ་ཏོག་གི་མཛེས་སྤྱོད་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་མཁན་དེར་ཁོ་བོ་ཡིན་པའི་དབང་

དུ་བཏང་ན། རྒྱལ་རབས་ཀྱི་ཁྱིམ་མཚན་མཉམ་པའི་སྤྲོད་འཛུགས་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྱུ་སྒྲིག་ལ་གྱི་ཉམས་ཀྱི་རི་མོ་འགོད་འདོད་ལ། ཀྱན་གྱིས་རྟོག་བཞེས་ཐེབས་པའི་ལོ་མ་རྟོག་བཞེས་དག་ལ་ཚུལ་རིག་གི་ལམ་ནས་འགྲེལ་བཤད་གཙང་མ་ཞིག་རྒྱག་ན་འདོད། འོན་ཏེ་དེ་ནི་རྩོམ་དབྱངས་ཙམ་རེད། རྟོག་རྟོག་གི་རྩོམ་དབྱངས་ཙམ་རེད། གྲངས་ཤར་ཤར་གྱི་རྩོམ་དབྱངས་ཙམ་རེད།

3

སྒྲན་ངག་ནི་བདག་གི་ལམ་བྱོལ་ན་ལ་མི་དབང་ལྟ་མོ་ནི་ཁོ་བོའི་སེམས་ཤུགས་ཡིན། སྒྲན་ངག་གི་སྒྲིག་ཆའི་ལྷ་ཙམ་ཐད་ནས་བཤད་ན་ཁོ་ཁོ་གཉིས་ནི་ང་རང་ངོས་ཡངས་པའི་བར་སྤང་ལ་འཕུར་བྱེད་ཀྱི་གཤོག་བྱུང་ཡིན། དབྱངས་ཉི་ཞེག་འདི་ལྟར་མཆེད་དུས། མི་རབས་ཤིག་ལ་འགན་མི་འཕྱར་བའི་“ན་གཞོན”ཆང་རྒྱལ་དེ་དག་འདི་སྤྱི་གྱུར་ཅི་ན་སྤུལ་བ་བཞིན་ལྡང་། མིག་བྱུང་འབྱུག་ཙམ་བྱེད་དུས། མཁས་པའི་ཁྱིམ་མཚན་ནས་རང་གི་ཕོ་བཀའ་ཅོ་བོར་འཛིན་མཁན་གྱི་སྤྱིད་ལུག་མཁན་ཆོའི་གསང་རྣམ་ཡང་གཤེར་མཐོང་འོངས།



སྤྲོད་མོ་བའི་གཞས་དབྱངས།

རས་པ། (ཅོང་ཁ)

ཐབ་ཆགས་ཀྱི་འཆོ་བ་དེ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྟོན་པ་ཇི་ལྟར་བབྱིད་ཡང་། བདག་གི་ལག་བྱུང་གི་རེ་བཞག་བཙལ་བའི་མགོན་སྐབས་ཀྱི། རལ་བེན་པའི་འཛིན་མའི་སྤྱོད་ཆལ་དུ་ཁྱོད་ཀྱི་ངོ་གདོང་ལ་ལང་ཆོའི་གསང་བ་འཆེར་ཁིང་བདག་གི་རེ་སྟོས་འབྱེད། དེ་བས་སྤྱི་མཐུན་དཔེ་ན་པའི་བདག་གི་གཞས་དབྱངས་ཀྱི་འཛིན་ཉེན་དུ་སྤྱི་ཆོག་ཅིག་གི་སྟོན་པ་བབྱིད་པར་ཁྱོད་ལ་ཆགས་སྤྱོད་ཀྱི་ལག་བྱུང་བསྤྱོད་ཡང་།

ཀྱི་མ། ཁ་བའི་རི་དབུང་གིས་རམ་བཞིན་ཀྱི་གར་ལ་རོལ་དུས། ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་གི་བགོ་སྐལ་དུ་བསྐུལ་བའི་སྤྱི་ཆོག་གང་ཞིག་ལགས། བདག་གིས་ལྷ་བ་ལྷ་བ་དུ་ལྷེམ་པའི་ཁ་བའི་སྤངས་སྐབས་ལས་གཞས་

དབྱངས་ཀྱི་འབྱུར་ཁྱུག་དུ་བསྐུལ་དགོས་པ་ནི་གསུང་བར་གྱིས་ཤིག་ཡང་། དྲག་རྒྱུང་གིས་འབྱུང་པར་བྱས་པའི་ཁ་བའི་སྤྱི་ཆང་ཡང་གདངས་དབྱངས་གང་གི་སྤྱོད་བར་བསྟ། བདག་གི་མགོན་སྐབས་ཀྱི།

ཁོ་བོས་བསྤྱོད་པའི་ཆགས་སྤྱོད་ཀྱིས་གཙེར་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་བོ་མི་འཛིན་པར་གོས་ལཱའི་མཛེས་སྤྱུག་ལ་འབྲེང་སེམས་ཀྱི་མཉེན་གཤོར་དུས། དོན་སྤྱིང་གི་མཁའ་སྤྱོད་མའི་མཛེས་པ་སྤྱི་ཞིག་གིས་ཉར་བེན་ཡང་། བདག་གི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བྱེད་རུས་འཕྲོག་པའི་བདག་པོ་ཀྱི། སྤྱི་གྱུར་འཆོ་ཐབས་སུ་རེ་སྟོས་མོད་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་ངོ་གདོང་མཛོན་ཁིང་། བདག་གི་དོན་སྤྱིང་འཆེར་རམ།

# འགྲུལ་བཞིན་པའི་པོ་ཏ་ལ།

——ཁ་བྱང་འགྲུལ།

ཟུལ་ཕྱགས་མི་ཉུང་བ་རེ་བཟོས་དང་།

ཁོའི་སྤྱོད་ས་པ་ལ་ནམ་ཡང་ཁྱམ་པ་མེད།

ཆབ་ཆེ་རིང་བསམ་འགྲུབ། (མཆོ་སྟོ)

གཅིག

པོ་ཏ་ལ། གསེར་མདོག་གི་གཟི་འོད་འབར་བཞིན་བཞིན་ཉམས་ཀྱིས་འགྱུར་ས་དུས། རིགས་རྒྱུད་ཅིག་གི་  
ཉེ་འཁྱག་གི་པ་ས་ཡིན་ལ། ཆག་འཛིག་དང་ཞིག་ཉུལ་གྱི་འགྱུར་ཉེན་ཆོད་དུས། དར་ཆད་མར་པོའི་དགོད་སྒྲུ་འབྱེད་  
ས་ཡིན།

གཉིས།

དཔའ་འཛངས་རྒྱལ་པོད་ཅན་དང་“ཕྱེ་སྤྱིད་སངས་རྒྱལ་”དག་གི་བཞོན་དུ་མེད་པའི་ངོ་མཆར་གྱི་ཕྱག་རྒྱེས་ལ་  
ཁེན་ནས། འདྲ་མཉམ་ཐོབ་ཐང་གི་དུས་རབས་ལ་མོས་པར་འབྱིགས་ལོང་ཞི་བའི་འགྲན་བཙོན་དུ་འགྲུལ་དུས།  
སྤྱིང་གྱིན་པའི་ལོ་རྒྱུ་འོ་སྤྱིང་གི་ཞིང་ལ་བཏགས་པའི་སྤྱུག་རྒྱུའི་གཡོ་འགྲུལ་ཉེ། དེ་ལ་རྒྱང་ཐག་རིང་སནས་རེ་སྤོན་  
གསོན་པོ་རེ་འདེབས་རྒྱལ་ས་བྱ་ཐབས་མི་འདུག

གསུམ།

ང་ཆོས་རྒྱུད་ཀྱིན་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱར་ཡང་མཐོར་འདེགས་བྱས་ནས། མིག་གིས་ཟིན་ཡོད་པ་ཆང་མ་གནས་  
ལྷགས་དང་འབྲེལ་དེ། གང་སར་ལག་སྟོབ་བྱེད་རྒྱུའི་ལམ་ག་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་ཅེས་ན་མི་ཆོག་འདྲ་མེད་སྤྱིད།

བཞི།

བགྲངས་དུ་མའི་ཡར་ཐོན་ནས་ཁྱོད་ལ་རྒྱུར་ཁ་བའི་མིག་རྒྱ་ལྗང་བ་མང་ཞིང་། མིག་རྒྱུའི་བཟུར་རྒྱུན་དང་  
བསྐྱེབས་ཏེ་བདེན་དོན་ལ་གཏམ་རྒྱུད་རེ་གཉིས་ཀྱིས་ཟིན་ཐོ་བྲིས་པའང་ཡོད། ཡང་འབྲི་ཐོང་། ད་ལྟ་དཔག་  
བཀའ་བའི་སེམས་པའི་གཏིང་རིམ་ནས་ཐོབ་ཤོར་ལ་མིང་བྱང་ག་ཡོད་ཀྱི་ཕྱིས་སྤྱིང་རྒྱག་རྒྱེས། དར་བ་ནས་རྒྱུད་པ་  
ཡོད་ཆད་དུན་ཤིང་གི་ལོག་མཁའ་ན་ཏ་ཅང་གསལ།

ལ།

ཁ་སང་རེ་ལྟག་གི་གཏིང་མཐའ་ན་ཕྱག་ཡུས་རྒྱུད་རྒྱུད་གིས་ཉུལ་བཞིན་པའི་མིག་ཀོང་གི་རྒྱ་བས། སྤྱི་མཐུགས་  
ཀྱི་དོ་བཞོན་དང་རྒྱ་ཕིབས་ཅེ་མོར་ཁེར་བཞོན་རེ་བྱེད་ཀྱིན་ཡང་ས་པའི་ཅེ་མོ་ནས་རྒྱུད་ལམ་གྱི་སྤྱི་མོ་བཅའ་ན་ཡང་།  
མདུན་སྤྱོད་དང་འགག་སྤྱིང་ན་དགོས་མེད་ཀྱི་ཀྱུ་ཚོ་འདོན་མཁན་ཤིན་ཏུ་ནས་མང་།

དུག

འགྲུལ་བྱུང་། པོ་ཏ་ལ་འགྲུལ་བྱུང་། གནས་མེད་ལྷགས་མེད་ཀྱི་གི་དབྱངས་བསྐྱར་ནས་འགྲུལ་བྱུང་།  
རྫོང་མཐུག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་སེམས་ཁོང་གི་དྲངས་མ་བརྗོད་ནས་འགྲུལ་བྱུང་། མ་གཞི། གདོད་མའི་རྒྱལ་པམ་གྱི་  
བར་ལ་ཡང་དག་པའི་རམ་འདེགས་བྱེད་མཁན་ཉུང་སོང་བས་རེད། ཡིན་ནའང་། གཡོ་འགྲུལ་རེ་རེ་ན་རྩལ་སྤྲུག་  
གི་ཆོ་འཕྲུལ་བཅན་པ་སྟེ། སུམ་ཆེན་གྱི་བང་ན་སྒྲ་མཁར་བཅན་པོ་ལ་བྱིམ་གཞི་ཞིག་ཡོད་པའི་ཉྱགས་མཚན་ཡིན།

བདུན།

དེ་ལྟར་འགྲུལ་དུས། དོན་ངོ་མར་ང་ཆོ་སྤྲོ་མོ་ནས་དག་འཆོག་ཆོག་སྤྱོད་ཆོག་ཆོག་ འོན་ཀྱང་། སྤྲུག་  
ནག་གི་རྒྱག་བར་ན་མཆེ་གཙུགས་ཀྱིས་བསྐྱར་མཁན་མང་བས། ཐོབ་སྐལ་གྱི་རེ་འབྲས་ལ་མིག་བྱང་ཅེར་ནས་ཡུན་  
རིང་པོར་སྤྲུག་དགོས། འདི་ནི་པོ་ཏ་ལ་འགྲུལ་དུས། ལྷས་སེམས་དང་ན་བས་བསྐྱེད་བྱེད་དགོས་པའི་མཉམ་  
འཛིག་གལ་ཆེན་ཞིག

བརྒྱད།

ཁ་བའི་སྤྱི་གཙུག་ནས་ཤོར་བའི་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་བརྒྱད་རིམས་སྤྱོད་གིན། ཉིན་མཚན་དུ་མའི་ཕྱག་གོང་ན་  
རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་བས་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བཞིན་པ་དེ་ཡང་། བཅན་པོའི་སྒྲ་མཁར་རེད། ཡམས་འབྲལ་བའི་གཟི་  
འོད་ཀྱི་རང་མདངས་ཁྱོད་ན་ལྷགས་འདུན་གྱི་ཡང་སྤྱོད་འཆོལ་གྱིན་པ་དེ་ཡང་། བཅན་པོའི་སྒྲ་མཁར་རེད།  
འཛོམས་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་སྤྲུག་ནས་དལ་བར་འགྲུལ་དུས། དེར་གཞོན་ཤུགས་ཐེབས་མི་སྲིད་ལ་ཐེབས་  
ཀྱང་མི་ཆོག

དགུ།

འགྲུལ། ལུ་མཐུད་དུ་འགྲུལ། གནས་སྤྱོད་པོའི་ཐབས་འཕྲུལ་དང་ས་དོག་མའི་ཆོ་འཕྲུལ་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་  
པའི་སྒོ་ནས་འགྲུལ། ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འགྲུལ། གནས་ལྷགས་ཀྱི་པ་མཐའ་ནས་འགྲུལ།

བཅུ།

འགྲུལ་བཞིན་པའི་པོ་ཏ་ལ། ད་ནི་ངས་ཁྱོད་ལ་བསྐྱེད་མ་བྱེད།  
གནག་སེམས་དང་ང་རྒྱལ་གྱི་མཆེ་གཙུགས་ལ་སྤྲུག་མི་ཉན། འཇིག་རྟེན་འཇིག་ཀྱང་ཆོག་ ས་གཞི་དང་  
གངས་རི་དག་མ་འཇིག་བར་དུ་འཇིག་མི་ཆོག་གཡོ་བཞིན་པའི་པོ་ཏ་ལ།  
ཆོག་རྩུབ་དང་དབྱུག་པ་ལ་མགོ་བོ་བསྐྱར་མི་ཉན། གི་སྤྱོད་འཇགས་ཀྱང་ཆོག་ ཐོན་ཐོན་དང་རྫོང་ལྷས་ཀྱི་  
དོག་སྤྱོད་འཇགས་པར་དུ་འཇགས་མི་ཆོག་  
བསྐྱེད་བཞིན་པའི་པོ་ཏ་ལ།  
རྒྱལ་ཡུས་དང་པམ་ཁ་ལ་མཆེ་མ་འདོན་མི་ཉན། རང་ལུས་རྒྱད་ཀྱང་ཆོག་ ཉྱགས་གཞིགས་དང་གནའ་  
གཏམ་གྱི་སེམས་ཤུགས་མ་རྒྱད་བར་དུ་རྒྱད་མི་ཆོག་ ཐོས་ཨེ་བྱུང་། པོ——ཏ——ལ།

ལྷ་བས་ཆེ་བའི་ཨ་མ།

གཡུ་ལྷ་ས་ཆེ་རིང་བཟ་གིས། (ཆབ་ཆ)

བསམ་གཞིགས་ནལ་མ་ཞིག་དང་སེམས་པ་དངོས་མ་ཞིག་གི་གོང་ཁ་ནས་སྟོང་གྱིས་བལྟས་ཆེ། གོ་ལ་ཕྱི་ལ་བོ་  
འདི་རྒྱ་བས་ཆེན་ཨ་མའི་གཟི་བརྒྱན་གྱིས་འཕྲུག་ཡོད་ལ་བྱམས་ལྡན་ཨ་མའི་བཙེ་འཇུ་མ་གྱིས་བྱུག་ཡོད།

ལྷན་པོ་དང་ན་བུ་གི་ཁྱེད་མཛུགས་མོ་ནས་བཀའ་ལེན་པའི་ཉལ་བའི་དེ་རིང་གི་འཕྲོག་ཁུལ་ན་གང་རང་གི་རྒྱང་ལ་  
ལྷང་གིན་འདུག ཡམས་ཀྱི་རྒྱུ་མཐུན་པའི་ཆར་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མཐར་ཐྱོད་ནས་ལོ་རྒྱུ་ལོ་མཁའ་ལྷོ་ས་ས་ཆེན་གྱི་  
བཅེགས་རིམ་ལའ་ཐིམ་ས། ཡིན་ཏེ། གང་རྒྱང་དང་དྲོད་རྒྱབས་ལས་བཅོར་བའི་འོ་ར་དཀར་ཡོམ་གང་ལོ་གང་གི་  
འོ་མ་ལྟ་བུའི་ལྷན་བསམ་གྱིས་གདུས་ཡོད་ལ་མེ་རི་ལྟ་བུའི་བཅེ་དྲོད་ཀྱིས་གདུས་ཡོད་ཡང་། དེ་དུས་གང་ཉིད་ཀྱི་  
མདངས་མཁའ་ལས་བའི་གཟབ་ནན་གྱི་དཔལ་བར་ཅན་རྒྱང་གི་རྒྱ་ལམ་ཟབ་མོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་ཅིང་རྒྱ་ལམ་དེ་ཡང་ཆས་  
ཟིན་པའི་རི་ངོས་ཞིག་གི་ཤོག་ཤར་བཞིན་ཤིན་ཏུ་ཟབ། ཡམ། ངས་ཉོགས་ཡོད་ཁྱེད་ཀྱིས་གཉེར་རིས་དེ་ཡང་  
དགའ་སྟོང་དང་རེ་བས་ཕབས་ཡོད། ཡིད་ཆེས་དང་སྟོབས་པས་ཕབས་ཡོད། སེམས་ཁྱེད་དང་དྲན་གདུང་གིས་  
ཕབ་ཡོད།

སེམས་པ། གཉིས་དྲགས་པའི་སེམས་པ་དེས་རྗེ་ལྟ་བུའི་སེམས་པ་ཞིག་གི་གྲང་འབྲག་བསམ་ནས་རི་བང་དང་  
 གྲང་རོས་གོམ་པས་འཇལ་ཞིང་ཚུ་མོ་དང་གཙང་པོ་སེམས་པས་བཞལ་ཏེ་རྩལ་ནག་གི་ཚུ་མ་སྐྱ་ཅེ་ནས་སྐྱ་གསང་ལ་ཕྱག་  
 འདི་ལྟར་བགྲང་བུའི་མེ་ཏོག་གི་ཁ་བའི་འདབ་མ་ལྟ་བུ་བཀྲིས་བབས་པས། ཡམའི་འཇམ་མཉེན་གྱི་དབྱ་སྒྲ་ཡང་  
 འཇམ་གྱི་ཁེར་ཁ་བས་བློས་སོང་། ཡམ། སྔོན་ཁའི་ཐགས་རིས་བྱལ་ཁ་མའི་ཉེ་འདྲ་གྱི་ཡང་བ་བླ་དམར་མདངས་  
 དེར་བཀ་དུས་ཁྱེད་ཉིད་འདིས་ཆེ་བའི་དེ་ལྟ་འབྱར་དེའི་བྲང་གཞུང་ནས་དྲོད་འབར་བའི་མེ་ཏོག་ཅིག་གི་མཛེས་པ་སྒོམ་  
 བ་ཞིན་སྒྲོལ་མ་ཉེར་གཅིག་གི་དབྱངས་རྩ་རྩ་རྩ་རེའི་ཆོ་སྤྲུག་གི་གོང་ལྷར་འཇུ་མ་ཅིང་རེ་བ་དང་སྒོན་པ་ཁྲི་ཕྱག་གི་  
 བསེམ་རྒྱུད་དལ་ལྷར་ལྷང་དུས་དེ་ནི་རི་འདྲའི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐྱེད་བྱེད་གྱི་གོ་རིམ་ཞིག་རེད་ཨང་།

དད་པས་ཐུག་པའི་ལམ་ལ་ཡི་རྒྱ་འགྲོས་རེ་རེ། སྒོན་པས་བྲངས་པའི་ཡིག་རྒྱག་གི་དབྱངས་རྟ་རེ་རེ།  
 དན་པས་གཡོས་པའི་སྒྲིང་ཁོངས་ཀྱི་མ་རྒྱལ་རེ་རེ། བ་ན་སྐད་ཅིག་མའི་ཆོར་སྒྲང་ལ་བརྒྱས་པའི་འོད་ཐིག་རེ་རེ།  
 འང་སྤྱིག་གི་ཆེད་དུ་བསྒྲོན་པའི་མར་མེ་ཡིན་པ་ངས་རྟོགས་ཡོད། ཡམ་བག་འདྲིན་ཆེ། སང་ལོའི་དབྱེད་ཀར་  
 བྱེད་ཀྱི་ལང་ཆོས་བཏེགས་པའི་རེ་སྒོན་གྱི་ས་བོན་དེ་ངས་དགེ་བཅུ་ཆང་བའི་གཤིན་སར་བཏབ་ནས་ཡོང། བྱེད་ཀྱི་  
 ཚལ་ཤུགས་ཀྱིས་བྱུས་པའི་མི་ལམ་ཁྲོད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུང་དེར་ངས་གཟེངས་འབྲས་ཀྱི་རྒྱ་བོ་དྲངས་ལ་ཡོང། ཡམ།

## ཡ་ཙཱ་ཏུ་པའི་སྒྲིང་གཏམ།

འཇམ་དབྱངས་ལྟ་མོ། (འབྲུམ་གསར་)

ཡ་ཙཱ་ལགས། སྒྲིང་སྒྲུག་ཅིག་གི་སྒྲོན་འགྲོ་སྒྲིང་དུས། ངས་ཀྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་རི་ཚེ་ལ་བཞུགས་ཏེ་བྱེད་བཞུགས་སའི་སྒྲོགས་ཡིན་སྟེ་མ་ནས་ངའི་མིག་མཐའ་མཆིས་མས་བཀང་སྟེ་ཡ་ཙཱ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུག་བསམ་གྱི་བཙེ་འདྲང་དཔ། སྒྲིང་ཏུ་པའི་ཉེ་མོ་དེ་ནས་ངའི་ཡིད་སེམས་ཀྱི་རྩ་པོ་རང་གནས་སུ་མི་སྒྲོན་པར་བྱེད་ཕྱོགས་སུ་ཤོར།

ཡ་ཙཱ་ལགས། བྱེད་བཞུགས་སའི་གངས་སྒྲོང་སྒྲིང་མེས་དཔོན་ཆོའི་བྱུགས་གནས་ལྟ་ལྟོན་ཆོས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་རེད། གནས་དེ་ནི་ང་ཆོ་གདོང་དམར་པོད་ཀྱི་ཡ་ས་རེད། གནས་དེ་ནི་བྱ་མོང་འགྲོ་བསམ་པའི་ཕྱགས་སེམས་ཀྱི་གནས་ཤིག་རེད།

ཡ་ཙཱ་ལགས། ད་དུང་ཡ་མའི་གདོང་གི་དཔལ་གཉེར་གྱི་ཁྱགས་པ་རེ་རེ་དང་ཡིད་སེམས་ཀྱི་རེ་བའི་བར་ན། བྱེད་ལ་བཅངས་པའི་བཙེ་འདྲང་དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་རེ་སྒྲུག་དེ་དྲི་བཞེན་དང་འགྲོགས་ནས་བྱེད་ཕྱོགས་ལ་འཁོར་བཞིན་ཡོད། དགྲང་རྒྱུང་གིས་གཙུག་པའི་ས་གཞི་འདི་ནས་ངས་བྱེད་ལ་བཙོལ་བའི་རེ་སེམས་དང་སྒྲིང་ལམ་གྱི་ཞིང་ནས་བརྗོད་པའི་སྒྲིང་གཏམ། ཡིད་སེམས་སྒྲོ་བའི་ཏུ་པའི་གདུང་གི་འཁོད་པ་སྟགས་ཐག་རིང་ཐག་རིང་ནས་འཕུར་བའི་རྒྱུང་གིས་གཙུག་པའི་སྒྲོང་ལོ་བཞིན།

ཡ་ཙཱ་ཕྱོགས་སུ་སོང་། དེ་ནས་བཟུང་། ཕྱི་རོལ་གྱི་འཇིག་རྟེན་རི་འདྲ་ཡངས་ནའང་འཕུར་འདོད་པའི་ཆོད་སེམས་དེ་བཞིན་བརྟན་པས་མིག་ཟུང་མདུན་ཕྱོགས་ལ་བགྲད་བཞིན་དེ་སྟེགས་དང་ཡིད་ཆེས་ཟབ་པའི་བྱེད་ཀྱི་གམ་དུ་འོང་བསམ། ཡ་ཙཱ་ལགས།

## བཟུང་རྒྱན་སེམས་ཀྱི་དབྱངས་འགྲོས།

འབྲུམ་གསར་འཇམ་དཔལ་བཟོད་པ། (ལྟ་ས)

བསམ་སྒྲིའི་འདོད་སྤངས་ཉེ་སྤངས་ནས་མི་ཚར།  
མི་རྒྱང་སེམས་པ་འདི་གྲང་ནས་མི་འཆི།  
གོམས་ནས་སེམས་པ་ལ་བཅོས་སྒྲུར་མི་བྱུང།  
ཁེར་རྒྱང་སྒྲིའི་ཚལ་ན་སྒྲིའི་ཤུགས་དྲག་པོ།  
དྲག་ཆར་རྒྱང་བྱ་ཡིས་ཡར་ལ་དེད་ཀྱང་།  
རྒྱང་ཆར་བ་ཡིས་མར་ལ་དེད་པའི།  
མ་ཤིད་ལྟ་བུའི་སེམས་པ་གསོན་པོ།  
ད་དུང་སྤྱོད་ཆད་ལྟར་འདས་དོན་ཇི་བཞིན།  
སྒྲིའི་ཤུགས་རིང་ཞིག་ཁན་སོན་ཀྱང་།  
སེམས་གསོའི་སྒྲིའི་རྒྱ་སྒྲིའི་སེང་ལ་གསོ་བྱས་དང་།  
འབྲུམ་པོ་སེམས་ཁོང་ནས་པར་རྒྱུར་ཉེན།  
ལམ་ཐག་རིང་མོ་ལས་ཅིས་ཀྱང་མི་འགོག།

## ཨ་མ་དྲན་པའི་སྒྲིའི་ངག

འབྲུམ་གསར་བྱུང་བ་སྒྲན་ནམ་རྒྱལ། (ལྟ་ས)

གནས་མཆོག་ལྟ་ས་ཡི་ཞིང་ནས།  
པ་མཁར་སྒྲིའི་པོ་དེ་མཐོང་ཆོ།  
རྒྱང་ཆོད་སེམས་ཁོང་གི་ཉེ་མ།  
ཆོས་ཀྱི་སྒྲིའི་པོ་དེ་དྲན་སོང་།

སྒྲིའི་ཆོག་སྒྲིའི་འབྲུམ་ཀྱི་དབྱངས་ནས།  
དཀར་གསལ་དུང་སྒྲིའི་པོ་དེ་མཐོང་ཆོ།

བཅོམ་དུང་པ་མཐོང་དང་བྱུང་བའི།  
སྒྲིའི་ཀྱི་དུང་སེམས་པ་དེ་དྲན་སོང་།

གཙང་ཆབ་སྤྱོད་མོ་ཡི་འབྲུམ་ནས།  
མཆོ་བྱ་ངང་མོ་དེ་མཐོང་ཆོ།  
འཆི་བདག་གི་ཤིན་ཇེ་ཡིས་བྲིད་པའི།  
བྲུམ་སྤྱོད་མོ་པོ་དེ་དྲན་སོང་།

# སེམས་ཀྱི་ངོ་རྒྱུ།

རྩ་སྐུ་ཐུ་བེད།    (འབྲུམ་གསལ་པོ་)

ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིག་ཅིག་གཅིག་ལ་ལྟ་མེད་མཐུན།  
ཟབ་རྒྱས་ལེགས་བཤད་དབྱངས་སུ་གྱེར་ལ་མངའ་བཞུགས་པའི།  
རྒྱལ་ཀྱི་གསལ་བ་སྤྲུལ་གྱི་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཆོས་སྤྲུལ་པས།  
བདག་གི་སྤྱོད་ཅི་གང་འདོད་བསྐྱེད་ལ་རྣམས་འདེགས་མཛོད།  
མི་སེམས་གཡོ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་བཟུང་བའི་སྤྱོད་སེར་འགས།  
མི་བདེན་གཏམ་ཉམས་ལ་བྱེད་བའི་ཆོས་ལྟར་ནས།  
མི་ཆེད་ནང་ནས་ཆོས་རིག་གཞུང་ལུགས་གཉེར་མཁན་ཆོ།  
མི་ཡུལ་འདི་ནས་མི་སྤྱོད་དོན་དག་མེད་དོ་བེད།  
རང་རྒྱུད་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་བཟུང་བའི་ལོ་བཟུང་ཆོ།  
རང་གིས་བཤད་ན་རང་རང་ཆོས་ཀྱི་བདེན་བསམ་ཡང་།  
རང་ཡུལ་འདི་ནས་མི་སྤྱོད་བཟུང་བའི་དོན་གོ་ལ།  
རང་རང་སེམས་ཀྱི་འཆར་ཆུལ་བཤད་ན་སོ་སོ་ཡིན།  
ཁ་ཅིག་ཆོས་ཀྱི་ཁ་འདོན་ཙམ་ཞིག་སྤྱོད་ན་ཡང་།  
ཁ་ཅིག་མི་མཆོངས་གཡོ་སྤྱོད་དབང་བྱེད་སེར་བའི་ན།  
ཁ་ཅིག་བཤད་ཀྱང་སེམས་ཉིད་ཆོས་ལ་མ་འདྲེས་པའི།  
ཁ་ཅིག་སྤྱོད་ཅིང་དག་བའི་དངོས་པོ་རྒྱུད་བར་གསུངས།  
ལྟག་བསམ་བཟང་ན་ཅི་ཞིག་བསྐྱེད་ཀྱང་དོན་ཆེ་ཤི།  
ལྟག་བསམ་རྣམས་པར་དག་པའི་ངང་ནས་ཆོས་ཀྱི་ཅིག་གིས།  
ལྟག་པའི་ལྟ་ལ་མཆོད་བསྟོད་ཙམ་ཞིག་ལུས་བསྐྱེད།  
ལྟག་པའི་སྤྱོད་པ་བྱེད་མཁན་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱེད་པར་གསུངས།  
ནམ་རྒྱུན་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་བཟང་བའི་ན།  
ནམ་ཡང་ལས་དོན་ཅི་ཞིག་སྤྱོད་ཀྱང་སྤྱོད་ཆེན་ཡིན།  
ནམ་ཞིག་ལེགས་ཉེས་ཅི་བྱེད་སེམས་ལ་ལྟག་འདྲུག་པས།  
ནམ་རྒྱུན་རང་གི་སེམས་ལ་མཉམ་འཇོག་བྱེད་རྣམས་ལ།



ཐུགས་འདུན་སེམས་ལ་མེད་པའི་བྱ་རྒྱུ་ར། །  
 ལས་དབང་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ལ་བྱམས། །  
 གངས་རིའི་དབྱ་ཚེ་མཐོང་བའི་དུས་ཚོགས་ལ། །  
 གངས་སང་དཀར་མོ་མ་བཞུགས་སེམས་པ་སྟོ། །  
 ཐུགས་ཀྱིན་མཐོང་བའི་རི་ཚོམ་མཐོན་པོ་ནས། །  
 དཔྱིད་རྒྱུ་ཁད་ཀྱིས་རྣང་བས་ལྷས་ཁམས་གཙོང་། །

མཛེས་པ་ལྟ་བུ་གྲུ་བའི་དུས་ཚོགས་ལ།  
 དེ་ནས་ལྷ་མ་འཇལ་མེས་པོ་ལན་གཅིག་བྲན།  
 དཀར་གསལ་རྒྱ་བའི་ལང་ཚོ་སྤྲིན་གྱིས་གཡོགས།  
 གངས་ཅན་སྤྱི་འགྲོའི་མདུན་ལ་མ་ཐུན་པས་བསྐྱབས།  
 མགོན་པོ་ཉམ་ཐག་འགྲོ་བ་མཐོང་བའི་ཆོ།  
 ལ་སྐྱའི་རང་ཚུགས་མ་ཟེན་ཡིད་རེ་སྤྲོ།

[illegible]

བདེན་གཏམ་ལྟེ་རྒྱ་ལ།

ལྷ་བ་དོན་འགྲུབ། (འབྲུམ་གསར་)

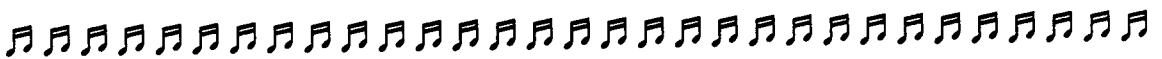
ལྷ་གཞིན་པལ་ཆེར་སྤྲོད་པའི་བཙུན་ཆོང་དང་ཁེ་སྤྲོག་སུམ་གསལ་བཙུན།  
 འཆད་ཚུང་ཚོམ་པའི་ཆོས་ལྷ་མི་འགྲིམ་ས་དཀོར་གྱི་ཆེད་དུ་རི་ཤོང་འགྲིམ།  
 དཀོན་པའི་ཁོར་ཕུག་ཆོས་སྤྲུལ་མི་འགོང་སྤྲུག་སྤྲུག་འཁོར་ལོའི་ཁྲིར་སྤྲུལ་འགོང་།  
 མི་རིགས་སྤྱི་ཡི་དར་ཆུད་མི་བསམ་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུའི་རྩོམ་པ་བསམ།

# གྲོག་རྩོད་གི་འཁོད་པ།

རྩི་འཛིག་པ་འཕྲིན།    (འབྲུམ་གསར་)

ས་ཚོད་ནང་འབྲུག་སྤྱོད་ངན་མ་དོར་ན།  
ཡར་བས་སྒྲེ་བའི་གྲལ་དུ་ཚུད་མི་སྲིད།  
ཆགས་ཞིན་ཕྱོགས་ལྷུང་སྒྲོང་ན་མ་དོར་ན།  
ཡང་དག་ཐར་བའི་ལམ་བཟང་ཐོབ་མི་སྲིད།  
བཙུན་པའི་གྲོང་ཆོག་འཆོ་བར་འབད་ཆེན།  
ཡང་དག་རིགས་པའི་རོ་མཆོག་ཕྱོད་མི་སྲིད།

རང་ལྟ་མཆོག་འཛིན་པ་རྒྱལ་མ་དོར་ན།  
དང་རབས་མཁས་པའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་མི་སྲིད།  
ར་ལྟ་རྒྱུང་བའི་སེམས་རྒྱུད་མ་བདུལ་ན།  
ལ་ལྟ་ཆོས་ཁྱེད་ཕྱིན་ཀྱང་འབྲུམ་ཉལ་ཅམ།  
ཤ་ཆང་ཐ་མག་ཅམ་ཞིག་མི་སྲིད་ན།  
སྒྲ་སྒྲུལ་མིང་སྐམ་འཛིན་པ་སྒྲོང་ཁྱེད་ཡིན།



## ཤེས་ཆིག་བཀྲ་ཤེས་ལྷ་དར།

བསམ་པ་ཆེ་རིང་།    (འབྲུམ་གསར་)

གངས་དཀར་ར་བས་སྒྲོར་བའི་ཡུལ་སྤྱོད་ས་སྤྱ།  
གནས་པའི་གྲོགས་པོ་དམ་པ་གང་ཡོད་ན་མས།  
བཀྲ་ཤེས་དག་མཆོན་འབྲུམ་གྱིས་རབ་ཐུག་པའི།  
བདེ་ལེགས་འབྲས་བཟང་སྤྲོད་པའི་སྒྲོན་འདུན་ལྟ།

## སེམས་གྱི་བྱ་ཅུང་།

ཨ་མདོ་ཉི་ཤར། (འབྲུམ་གསར་)

སྦྱིད་པའི་སྤང་བ་འཆར་ས།  
དབྱུག་གཙང་ཆོས་གྱི་ཞིང་ཁམས།  
ཟུ་འཛིན་ཕོ་བྲང་དཀར་པོ།  
འཛམ་གླིང་གོ་ལའི་མཛེས་ཆུན།  
དཔལ་ལྷན་འབྲས་དཀར་སྤངས་པ།  
མཁས་མང་བྱེ་བའི་བཞི་གནས།  
བྱང་དྲུངས་པ་ཟབ་ས།  
བརྩ་སྤྲུག་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས།

## དྲུངས་པའི་བྱི་མིག

རྩ་ཆུའི་བསོད་ཆོ། (མང་དགེ)

སྒོ་མཆེན་དྲུངས་ཤིག་ཅིག་པའི་ཁྲིལ་གཞུང་ལ་གཟབ་པས།  
མི་ཐུང་གྲོགས་ཤིག་གནམ་སའི་བར་ཐག་ན་དཀོན་པའི།  
མཛའ་མཐུན་རྗེ་སྤྲད་བའི་མཐུན་ལམ་ལ་གཟབ་པས།  
སྤམ་རི་སྤྲང་དམར་པོའི་འདྲར་རྒྱུག་དེ་མོད་པ།

གཤམ་གྱི་གབ་ལན་གསལ་བོ་བྱིས་ནས་ཡིག་ལམ་འབྲེལ་བ་གནང་རྟོགས།

## གཤམ་ཆིག

རྟོག་གཙང་བསྟན་འཕེལ། (ཀན་ལྗོངས་)

ཆལ་ཆེན་མགར་བའི་བྱིམ་ནས་རབ་དུ་བྱུང་། །  
དམར་མེར་དུར་སྒྲིག་འཆང་བའི་སྡེ་དུ་བྱུགས། །  
བཟླ་ཆགས་ཁང་བཟང་མཐོན་པོའི་ཡང་སྟེང་ནས། །  
སིང་སིང་ཐལ་སྐད་གཅིག་གིས་གྲུ་མང་བྱུང། །

ཆུ་མོ་ས་དང་བཞེབས་ནས་ལུས་པོ་ཆགས། །  
ཆ་བའི་མེད་པ་འཕྲད་ནས་གསོན་ཤུགས་ཆུས། །  
ཐུགས་ཀྱི་ཀོ་བོ་དོན་པོའི་གོས་སུ་བྱས། །  
འཛངས་བའི་ལས་སུ་ཁྱེད་བའི་སྐད་སྒྲ་སྟོམ། །

རུས་ནི་མི་འགྱུར་དགའ་ལྡན་ནགས་ཀྱི་རྒྱུ། །  
ཁབ་ནི་མི་ཆོད་ཆལ་ཆེན་གཡག་གི་ཀོ། །  
རྒྱག་ཅིང་གོར་བའི་བུ་རྒྱུང་སྟོབས་པོ་ཆེ། །  
རྒྱལ་སྟོན་གོས་ལ་བསྟུ་བའི་བྱེད་པོར་བསྐྱོས། །

ལུས་ཀྱི་ཁང་བཟང་ཡངས་པོའི་གུར་བྱིམ་དུ། །  
གཟུགས་ཀྱིས་མ་ཐེན་རྒྱས་མེད་མཐོན་པོ་ཞིག། །  
སྲིད་གཞུང་འདུལ་བའི་གར་ལ་ཆས་པ་ན། །  
ལག་པར་འཁྱུད་པའི་རྩ་མོའི་བུ་རྒྱུང་སྟུ། །

ཉམས་བརྒྱུད་གར་གྱི་སྒྲིག་པའི་མཛའ་མོ་དེས། །  
ཤིན་དུ་མཁས་ཕྱིར་གར་གྱི་གོས་སུ་བཀྱར། །  
ཤིན་དུ་བཅེ་ཕྱིར་ཉག་པར་ལག་དུ་བཟུང། །  
ཤིན་དུ་ཆོད་ཕྱིར་ཉག་དུ་བྱུག་པས་རྩུབ། །

• 137 •

# མཁུག་མཐའི་རྒྱད་ཆ།

གུས་པར་འོས་པའི་ཚུམ་པ་པོ་དང་སྟོག་པ་པོ་ནམ་པ་ལགས། ད་ལོ་ཡང་《རྩ་ཆུང་གི་རྒྱུ་ལྡན་ཐེངས་འཁོལ་བ་ཀྱི་ཀྱི་ལམ་ཐུན་བརྒྱད་ནས་ཁྱེད་ཅག་གི་སྒྱུ་ལམ་ཏུ་སྟོན་ཞིང་། ར་ཚོས་དང་གི་ཉུས་ཚོད་ཀྱིས་ཁོ་ལ་ཚུམ་རིག་དང་བསམ་སྟོང་མཁུག་གྱི་ཕྱི་ཁྱེད་ལ་མི་ཁྱེད་པས་ཁྱེད་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་ཡོད་ཅོད། འོན་ཀྱང་ད་ཏུང་ཡང་སྟོག་ཆད་ཀྱི་སྟོན་མེད་པ་མི་ཁྱེད་པས་ཁྱེད་ཅག་གིས་གནས་ལུགས་དང་དྲང་བཞེན་གྱི་མཁུང་ཉོན་རྟེན་གནང་སྟོན་པ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན།

འདིར་ཆེད་ཏུ་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་ལ་སྟོམ་གས་སྟེང་མིང་གཤམ་ཅན་གྱི་གཞིས་རྒྱུ་སྟེ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱལ་ས་ཆེ་བའི་ཚུམ་པ་པོ་དག་གི་ཕྱག་ནས་ཚུམ་ཡིག་ལེན་སྟེ་ཡིན་ཞིང་།

སྐབས་འགར་“ཡ་ཁུ་ལོ་ལོ” རྟེན་ཐེངས་མང་པོས་“ཚུམ་ཡིག་གཅིག་ཀྱང་མི་ལོན་” བའི་གནས་ཚུལ་ལ་འབྲད་ཐེངས་རྟེན་རྟེན་སྟོང་བ་རྟེན་པར་ག་ལེན་སྟེས་ཞིང་།

ཡིན་ཡང་། སྟོན་རྟེན་གནས་འཕེལ་སྒྱུ་ལ་གཞིག་འདེགས་རྒྱུ་ཟད་རྟེན་ཐུབ་ཆེད་ར་ཚོས་དཀའ་རལ་ཡོད་ཆད་ཁྱེད་ཏུ་བསད་རྟེན་ཏུང་ཡང་ལུ་མཐུད་ཏུ་དཔར་ཆེས་ཡོད་པས་ན་སྟོག་ཐོགས་པ་ནམས་ཀྱིས་འདིར་བཀོད་ལེ་ཆན་ཉུང་ཚུམ་ཡིག་སྟུག་པོར་སྟོང་བའི་བཀའ་དྲིན་མི་རྒྱུང་བར་བྱ།

ཞེས་《རྩ་ཆུང་གི་རྒྱུ་ལྡན་ཐེངས་འཁོལ་བ་ཀྱི་ཀྱི་ལམ་ཐུན་བརྒྱད་ནས་ཁྱེད་ཅག་གི་སྒྱུ་ལམ་ཏུ་སྟོན་ཞིང་།





癸丑月 甲寅月 乙卯月 丙辰月 丁巳月 戊午月 己未月 庚申月 辛酉月 壬戌月 癸亥月

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

ཡེ་དེ་གཤི་འཆོ་པའི་འཆོང་རྒྱ་མ་སྒེལ་པའི་པ་ཡུལ་འདི་ན། མང་མོས་མིག་མིས་ར་  
ལུ་བུ་ཆོམ་སྒྲུའི་པར་ནས་ཤོང་ཆོག་གི་དབྱེད་པ་རྟུའི་དུས། ཟེད་ཀྱིས་འབྲས་  
རྟགས་ཀྱི་པོ་ཆོན་པའི་མེལ་དག་རྟུའི་ལྷོ་གས་པམ་ལུག་ལ་པ་རྟུམ་པ་པེན། གཞུང་  
ལྷགས་རབ་འབྱེད་པ་སྒྲུ་པའི་ཤིང་ཁང་ལ་ཆས་ཤོང་།

ལྷ་རྒྱལ་པ།

[illegible]

ལྷ་རལ་ས་པ།

ཕྱི་མིང་མིང་གི་སྐུལ་དང་། འཁྲོས་དུལ་པའི་མི་མང་གི་ཆེད་དུ། རྒྱལ་ཁབ་ཡང་།  
ཤེད་ན་རྒྱ་དང་གནས་ལུགས་ལ་མཆོག་པ་བརྒྱར་རྟེ། དྲུག་ལ་ཆོད་གི་ལེགས་  
ཕྱི་མ་ཆོས་ཅེས་ཀྱང་འབྲུག་དཔོན། རབ་འབྲུགས་པ།





[illegible]

2005.9.9

མདོ་རྟེན་འཁར་པུན་ཆོས་ཐོག་ཆོག་མ་ཐེངས་པུན་པའི་མཁར་རྩོམ་པར་བཀྲ་ཤིས་པར་ཤིགས་ཏུ།

ཕྱིན་པའི་ཕྱི་ 6.00